

Wie ich meine Multiple Sklerose heilte

Mein Weg der Heilung und meine
(fast) unglaublichen Erkenntnisse.



www.Multiple-Sklerose-heilen.de

von Lisa Engels

Sie haben nicht das Recht zum Abdruck oder Verkauf dieses Buches.
Sie dürfen auch nicht den Inhalt dieses Buches verbreiten oder verkaufen

Alle Rechte der Verbreitung durch Schriften, Fernsehen, Funk, Video, auf foto- oder computertechnische Weise sowie durch zukünftige Medien sind vorbehalten. Kein Teil dieses Buches darf reproduziert oder in irgendeiner Form übermittelt werden, weder elektronisch, mechanisch oder in sonst irgendeiner Form. Sie dürfen den Inhalt, oder Auszüge davon, nicht verkaufen, weitergeben oder sonst wie vervielfältigen. Kein Teil dieses Buches darf ohne vorherige schriftliche Genehmigung des Verfassers publiziert, reproduziert oder in irgendeiner Form übermittelt werden, weder elektronisch, mechanisch oder in sonst irgendeiner Form oder sonst wie gewerblich genutzt werden.
Bei Zuwiderhandlung und missbräuchlicher Verwendung kann Schadensersatz gefordert werden.

© Lisa Engels

Titel:

Wie ich meine Multiple Sklerose heilte – und meine (fast) unglaublichen Erkenntnisse.

Originalausgabe

Aktuelle Auflage: Oktober 2016

Copyright 2016 © Lisa Engels www.multiple-sklerose-heilen.de

c/o BJ-Autorenservice

Gildehauser Weg 140a

48529 Nordhorn

Kontakt:

Telefon: +49 30 83 21 89 77

E-Mail: lisa@multiple-sklerose-heilen.de

Autorin:

Lisa Engels

Idee, Text und Titelgestaltung : Lisa Engels

Hintergrundbild: Vorlage Fotolia #104739903 | Urheber: HAKKI ARSLAN

© Sämtliche Texte und Bilder sind urheberrechtlich geschützt.

Für konkrete, sinnvolle Zwecke ist eine Genehmigung in Absprache mit der Rechteinhaberin gerne möglich.

P.S. Falls Du Fehler entdeckst, darfst Du sie gerne mit mir teilen. Du erhältst dann ein korrigiertes, individuelles, runderneueres Exemplar zurück. Auch wenn Dir etwas unklar erscheint und Du noch Fragen hast, darfst Du mir diese mailen an [Lisa@ Multiple-Sklerose-heilen.de](mailto:Lisa@Multiple-Sklerose-heilen.de)



WIDMUNG

Dieses Buch ist DIR gewidmet.

Dir, der/die daran glaubt, dass diese Krankheit nicht für immer bleiben muss.

Dir, der/die daran glaubt, dass Heilung möglich ist.

Dir, der/ die die Hoffnung nicht aufgibt, nicht für den Rest des Lebens Medikamente nehmen zu müssen.

Der/ die sich FÜR das Leben entschieden hat.

Der/ die nicht einfach darauf warten will, dass sich der Gesundheitszustand im Laufe der Jahre immerzu verschlechtert.

Dir, der/ die sich nicht einfach mit dieser Diagnose abfinden will.

Dir der/ die bereit ist „Hinter die Kulissen“ zu schauen.

Dir, der/die an sich glaubt.

Ich danke Dir, dass Du Dir diese Chance gibst's.



DANKSAGUNG

Ich danke all` den tollen Menschen, denen ich auf meiner Reise begegnen durfte.
Die mich mit, mir bis dahin unbekanntem, Heilmethoden unterstützt haben. Die mir
neue Wege gezeigt haben. Die mir dabei geholfen haben, diese Krankheit zu verstehen.

Danke, Danke, Danke



Über Lisa Engels

Lisa Engels erhielt im Jahr 2009 die Diagnose Multiple Sklerose und ist heute gesund. Sie will mit ihrem Weg, den sie gegangen ist zeigen, dass Heilung jederzeit möglich ist und was uns daran hindern könnte, dass wir es nicht werden.

Aufgrund ihrer Spritzenphobie und den bis dahin erlebten Schicksalsschlägen, beschloss sie, dass die Multiple Sklerose nur ein vorübergehender Begleiter sein wird. Mit ihrem bereits zu dem Zeitpunkt erlernten Wissen zu unserem Krankensystem startete sie die Reise Ihrer Heilung.

Heute nimmt sie keinerlei Medikamente mehr und hat gelernt auf sich und ihren Körper zu hören. Ihr Leben hat sich durch die Diagnose um 180 Grad zum Positiven verändert.



Vorwort

Ich wünsche mir, dass Du das Buch mit offenen Herzen liest und den Verstand vielleicht einmal ruhen lässt. Er kennt nur die Wahrheiten, mit denen wir ihn bisher gefüttert haben.

Was erwartet Dich in diesem Buch?

Zuerst einmal, was bekommst Du nicht:

Ich werde Dir keine medizinischen Tipps geben. Du wirst von mir nichts über eine Wunderpille hören, die man einmal nimmt und schon ist man geheilt. Wenn Du geheilt sein willst, wird das aller Wahrscheinlichkeit nicht von heute auf morgen gehen.

Ich schreibe über die Dinge, die mir geholfen haben. Über meinen Weg. Das heißt nicht, dass das auch für Dich automatisch passt. Wenn wir MS haben, geht es darum, unseren ganz eigenen Weg zu finden.

Es ist also keine Liste zum Abarbeiten, sondern nur eine Erzählung über meinen ganz eigenen Weg.

Es ist ein Weg. Ein Weg zu Dir.

Zu: Was will ich wirklich in meinem Leben?

Woran halte ich fest?

Was hindert mich daran, dass ich gesund bin?

Wird das leicht? Vielleicht nicht. Der Weg zu uns und unseren Schmerzen und Ängsten ist oftmals eine große Herausforderung.

Lohnt es sich? AUF JEDEN FALL!

Sind in dem Buch ein paar „schräge Sachen“ bei? Aber Hallo! Ich habe in den letzten Jahren mehr als einmal den Kopf geschüttelt und gedacht, das kann doch nicht wahr sein. Und trotzdem war es so. Ganz egal ob ich es glauben konnte oder wollte.

Ich wünsche Dir viel Freude beim Lesen

Lisa



Vorab

Multiple Sklerose ist heilbar - unmöglich denkst Du jetzt vielleicht gerade. Weiß doch jeder, dass MS unheilbar ist.

Aber völlig abwegig scheinst Du es ja doch nicht zu finden oder vielleicht hoffst Du, dass es auch anders sein könnte. Oder ein leises Gefühl flüstert Dir, dass es vielleicht doch geht.

Ich freue mich, dass Du dieses Buch in den Händen hältst. Wirklich. Von ganzen Herzen.

Ich glaube, dass es egal ist welche Krankheit man hat, denn sie will uns immer etwas sagen. Somit ist dieses Buch nicht nur für Menschen mit MS oder deren Angehörige, sondern für alle Menschen mit kleineren oder größeren Krankheiten.

Für mich gibt es kein „unheilbar“. Es ist meine Entscheidung. Wenn ich etwas wirklich will, dann erreiche ich das auch. Dafür ist wichtig, dass man diese Entscheidung treffen kann und das dann auch tut.

Ich bin dankbar, für meinen Weg, den ich durch die MS gegangen bin. Ohne MS wäre ich ihn nicht gegangen. MS ist eine sehr ehrliche Krankheit. MS zwingt uns, uns und anderen gegenüber ehrlich zu sein.

Die MS half mir dabei, endlich das Leben zu verlassen, das mir überhaupt nicht gut getan hat. Ich habe beruflich und privat Dinge gelebt, die sich nicht gut anfühlten. Ich hörte jedoch einfach nicht auf meine Gefühle und meine innere Stimme.

Aber natürlich erkannte ich das nicht sofort. Es dauerte seine Zeit.

Nun möchte ich mich kurz vorstellen, damit Du ein bisschen weißt wer ich bin und wer das hier schreibt.

Es ist wirklich eine ganz kurze Zusammenfassung. Zu den Einzelheiten komme ich Später, da haben wir noch genug Zeit ;)

Mein Name ist Lisa und wurde 1980 in Berlin geboren.

Im Jahr 2009 habe ich Diagnose MS erhalten. Jetzt nehme ich keine Medikamente mehr und jetzt geht es mir gut.

Wie passt das nun zusammen, dass eine unheilbare Krankheit doch geheilt werden kann?



Lüge ich? Habe ich vielleicht einfach nur Glück gehabt? Spontan Heilung? Vielleicht war es ja bei mir gar nicht so schlimm? Oder vielleicht hatte ich gar keine „richtige“ MS?

Mir ist wichtig, dass Du einige Dinge und Zusammenhänge verstehst.

Dass jeder glaubt, dass MS nicht heilbar ist, ist kein Zufall. Aber nur, weil die Mehrheit der Menschen das glaubt, heißt das nicht, dass das auch die Wahrheit ist. Wenn Du jetzt verwirrt bist, verstehe ich das :).

Dein Arzt hat dir gesagt, dass MS nicht heilbar ist und Du nun den Rest Deines Lebens Medikamente nehmen musst. Du wirst vermutlich im Internet gesucht haben, da stand das gleiche. Vielleicht hast Du auch schon Veranstaltungen für MS erkrankte besucht. Auch dort geht es darum, wie Du mit der Krankheit am besten leben kannst und welche neuen Medikamente es gibt. Vielleicht hast Du auch ein Willkommensgeschenk bekommen, so wie ich damals. Auch schon ein bisschen crazy an sich – finde ich. „Herzlich willkommen im Club der MS- Kranken“ ;).

Jeder erzählt uns nun also, dass MS nicht heilbar ist. Die Ärzte, die Medien, die Pharmaindustrie. Wenn studierte Leute das sagen, muss es doch stimmen, oder? Wenn die Pharmafirmen das sagen, muss es doch auch stimmen, die forschen doch schließlich, oder?

Und wenn man selbst von den Medien nichts anderes hört, dann wird es doch wohl stimmen, oder?

Aber mein Buch hast Du gefunden. Das ist großartig :) und vielleicht ja doch noch den einen oder anderen Artikel oder Bericht, der ebenfalls sagt, dass MS geheilt werden kann.

Wenn es nun also doch wahr wäre, dass MS heilbar ist, warum sagt es einem niemand? Warum weiß das niemand? Oder warum wird man in besten Fall noch müde belächelt, wenn man behauptet, dass MS heilbar ist? Oder manchmal sogar verbal attackiert wird. Vielleicht kennst Du persönlich auch jemanden, der MS hat oder jemand aus Deinem Bekanntenkreis, dem es vielleicht noch schlechter geht als dir. Wie kann das sein, wenn es doch Heilung gäbe?

Ich säume das Pferd mal von hinten auf.

Sagt dir der Begriff „Alternative Behandlungsmethoden“ etwas? Vermutlich schon.

Dann weißt Du auch, dass es die Naturheilmethoden sehr viel länger, als die Schulmedizin gibt.

Wusstest Du, dass die Schulmedizin noch nicht mal 100 Jahre alt ist?



Ich finde, da darf die Frage erlaubt sein, was denn wirklich die Alternative ist, wenn es die „alternative Behandlungsmethoden“ doch schon viel länger gibt.

Wie ist die heutige Schulmedizin entstanden und was ist überhaupt passiert?

Hier die Entstehungsgeschichte unsere heutige Schulmedizin:

John D. Rockefeller (ja, er gehört ZU DEN Rockefellern, die heute noch zu den 6 reichsten Familien der Welt gehören) hat um das 19. Jahrhundert Chemikalien produziert, für die er keinen Verkäufer gefunden hat.

Aus diesem Grund hat er einen Verkäufer erfunden: Den Dr. Med. (in Amerika den Medical Doktor). Kommt Dir der Dr. med. bekannt vor? Schon mal gehört ;) Ja? Ja! Interessanterweise haben unsere Ärzte heute doch genau diesen Titel, oder?

Dann gab es 1910 den Flexner Report, den er zusammen mit Carnegie schrieb. Dieser hat festgelegt, wie und womit welche „Krankheiten“ behandelt werden müssen. Es wurden Universitäten gegründet und finanziert. Es durfte dort nur das gelehrt werden, was in diesem Report festgelegt worden ist. Massagen, Osteopathie, Chiropraktik und Kräuter, wurden als Quacksalberei abgetan.

Innerhalb von 10 Jahren wurden von den 650 kleinen Universitäten, mit 7500 Lehrplätzen 600 geschlossen, an denen nun nur noch 2.500 Mediziner ausgebildet wurden, weil es sich kaum noch jemand leisten konnte.

Von diesem Zeitpunkt an gab es eine genaue Richtlinie, was an den Universitäten für Ärzte gelehrt werden sollte und was nicht.

Egal welche Krankheit die Menschen hatten, das All-Heilmittel war immer diese Chemikalie, die Rockefeller produziert hatte. So konnte er dieses „Produkt“ verkaufen. Und genau auf dieser Grundlage gilt unsere jetzige Schulmedizin immer noch.

Seit 1997 (noch gar nicht so lange her) hat die WHO (WeltgesundheitsOrganisation) die weltweite Anerkennung erhalten, für genau dieses System.

Bekommst Du schon eine leise Ahnung?



Bis heute hat sich daran nichts geändert. Die Pharmafirmen machen jedes Jahr Milliarden Umsätze mit dem Verkauf von Medikamenten, die die Ärzte verschreiben. Die zuvor mit den Lehrplänen, von den Pharmafirmen geprägt, ausgebildet worden sind.

Bitte verstehe mich richtig. Es geht mir nicht darum, irgendetwas schlecht zu machen. Die Schulmedizin hat ihre Berechtigung. Es geht mir darum, dass Du einen Gesamteindruck bekommst und etwas aufmerksamer werden kannst. Dass Du mehr von dem Gesamtkonzept weißt und verstehst.

Wenn nun also die Pharmafirmen davon leben Medikamente zu verkaufen, und davon Leben sie wirklich gut, dann werden sie natürlich kein Interesse daran haben, keine Medikamente mehr zu verkaufen.

Jetzt denkst Du vielleicht, ja aber die Ärzte wissen es doch. Oder andere Menschen. Das kommt doch raus. Nein. In unserer jetzigen Gesellschaft regiert Geld die Welt. Wer das Geld hat, hat die Macht.

In dem Fall die Pharmafirmen. Sie kaufen die Politik, die Medien und die Ärzte. Schau einfach mal, wem welche Medienanstalt gehört. Dann versteht man ein bisschen mehr, was unser „Gesundheitssystem“ wirklich ist.

Es gibt Schulungen und Weiterbildungen für Ärzte die von den Pharmafirmen veranstaltet und finanziert werden.

Wobei es mittlerweile vermehrt Ärzte gibt, die wirklich heilen wollen und sich in alternativen Behandlungsmethoden weiterbilden.

Ist dir schon mal aufgefallen, dass die (noch) Mehrheit der Ärzte nicht heilt, sondern nur Symptome weg macht? Du gehst zum Arzt, weil Du Kopfschmerzen hast. Dann gibt es eine Pille gegen Kopfschmerzen. Vielleicht hast Du häufiger Kopfschmerzen. Dann gibt es mehr Pillen oder eine andere Pille.

Was aber, wenn die Ursache der Kopfschmerzen zum Beispiel von einer Nackenverspannung kommen?

Wie effektiv sind da wohl die Pillen? Und wie langfristig ist die Beschwerdefreiheit?

Für Dich persönlich ist das vielleicht blöd. Aber für den Arzt ist es gut, wenn Du ihn regelmäßig konsultierst und für die Pharmafirmen auch, weil sie ihre Pillchen verkaufen können.

Ich möchte zur Verteidigung der Ärzte noch etwas anmerken: Seit Ende der 90iger Jahre gibt es in Deutschland die medizinische Leitlinie. Diese regelt ganz genau, ab wann die



Ärzte was, wie und womit behandeln müssen. Das bedeutet, der Behandlungsspielraum ist sehr stark eingeschränkt und somit können Ärzte ihre Fähigkeiten, ihr Wissen und Können nicht wirklich einbringen.

Also selbst wenn Ärzte nicht nur „Symptome weg machen“ wollen würden, sondern wirklich heilen wollten, ist das für einen Arzt mit einer Kassenzulassung in Deutschland quasi unmöglich.

Was meine ich eigentlich die ganze Zeit mit „Symptome weg machen“ und heilen? Was ist denn da der Unterschied? Und warum ist das so wichtig?

Anhand des Beispiels von vorhin, mit den Kopfschmerzen, habe ich es kurz angerissen. Wenn die Ursache meiner Kopfschmerzen eine Nackenverspannung ist, ist es auf Dauer sinnlos Pillen gegen die Kopfschmerzen zu nehmen. Gegen den ersten Schmerz und für die Erstbehandlung ist das vielleicht hilfreich und sinnvoll. Dann nicht mehr.

Ich bezeichne das als Notfallbehandlung.

Anschließend ist es sinnvoll und wichtig sich um die Ursache der Nackenverspannung zu kümmern, damit die Kopfschmerzen dauerhaft verschwinden können. Denn nur wenn die Ursachen behoben werden, können die Symptome wieder gehen.

Es geht immer um Ursache und (Aus)Wirkung.

Ich gebe Dir mal ein anderes Beispiel:

Wenn der Arzt Bluthochdruck bei einem Patienten festgestellt hat (wobei hier die Werte von der Pharmafirma immer weiter nach unten „korrigiert“ werden, so dass man heute laut Schulmedizin schon viel früher einen Bluthochdruck diagnostiziert bekommt, als noch vor 5 Jahren), dann musst Du ab jetzt IMMER ein Mittel gegen Bluthochdruck nehmen. Denn nur solange wie Du das Medikament nimmst, solange wird der Bluthochdruck gesenkt. Hörst Du auf es zu nehmen, hast Du wieder einen erhöhten Blutdruck. Ist das Heilung? Für mich ist es das nicht.

Heilung bedeutet für mich unter anderem, dass ich vielleicht eine Zeitlang ein Heilmittel nehme und es dann nicht mehr brauche. Wenn ich es aber den Rest meines Lebens nehmen muss, ist das keine Heilung, sondern nur die Unterdrückung der Symptome.

Jede, wirklich jede, Krankheit hat einen Auslöser. Eine Ursache. Einen Grund. Wenn wir diese finden und "behandeln", dann erst können wir wirklich gesund werden. Aber dazu komme ich nachher noch mal.

Fassen wir bis hier kurz zusammen: Die Pharmafirmen haben das Geld und wollen



weiterhin so große (und größere) Umsätze machen wie bisher.
Somit sind sie überhaupt nicht daran interessiert, dass irgendjemand geheilt wird.

Wenn wir gesund sein wollen, müssen wir uns nicht nur um die Symptome kümmern, sondern um die Ursache und die Heilung.

Wie extrem das wirklich ist, wusste ich natürlich noch nicht, als ich die Diagnose MS bekam.



Die Geschichte VOR der MS

Frühjahr 2009

Mein Wecker klingelt. Es ist 6.00 Uhr in der Früh. Ich habe einen Radiowecker. Schon zum zehnten Mal in der letzten Zeit werde ich mit dem Lied von Andrea Berg geweckt: „Du hast mich 1.000 mal belogen, Du hast mich 1000 mal verletzt....“. Und jedes Mal denke ich: Was für ein blödes Lied zum wach werden. Leider bekomme ich auch einfach keinen anderen Sender ohne Rauschen in diesen Radiowecker rein. Zu allem Übel träume ich auch die letzte Zeit häufiger davon, dass mein Mann fremdgeht. Ich habe ihn auch schon darauf angesprochen. Seine Antwort war scherzhaft: „Ja, natürlich – immer“. Nun ja, was soll ich da sagen? Mein Mann sagte immer, er würde nie fremdgehen. Das lohne sich nicht. Für die paar Minuten alles aufs Spiel zu setzen.

Ich merke, dass sich etwas in der Beziehung verändert hat. Ich hab mich verändert. Zu diesem Zeitpunkt habe noch nicht die Diagnose MS.

Ich muss zur Arbeit. Der Typ für den ich arbeite ist komisch.

Ehrlich gesagt fühle ich mich dort nicht wirklich wohl. Er bezahlt mir mein vereinbartes Geld nicht. Ich arbeite bei ihm auf Honorarbasis im Backoffice. Das ist für mich gut, denn mir ist es wichtig nicht angestellt zu sein. Auch als Angestellte, kann man doch jederzeit gekündigt werden. Und wie wichtig das für mich das tatsächlich ist, wird sich später noch herausstellen. Alfred, der Typ für den ich arbeite, ist immer ganz groß dabei Ausreden zu erfinden oder große Reden zu schwingen. Ich bewerbe mich schon viel woanders. Aber bisher klappt einfach nichts. Meine Kollegin Eva und ich müssen wirklich viel arbeiten. Oft bis spät abends, wenn wir noch Veranstaltungen haben. Wir müssen uns um alles kümmern. Essen, Getränke und Service. Wir haben allesamt die Hoffnung, dass der große Durchbruch bald kommt. Ich ahne jedoch mittlerweile, dass unser „Chef“ das niemals hinbekommen wird, weil er einfach nie etwas zu enden bringen kann. Ich glaube auch, dass er mit Geld überhaupt nicht umgehen kann. Auch hat er manchmal noch so eine abfällige Art. Aber ich halte noch durch, solange bis ich etwas anderes gefunden habe. Auf viel Arbeit und viel Einsatz für sehr wenig und unregelmäßiges Geld - darauf habe ich keine Lust mehr. Ich will da weg und habe schon jede Menge Bewerbungen geschrieben. Aber ich bekomme einfach nichts anderes.



Auch das ist ein Grund, warum ich noch in der Beziehung mit meinem Mann bleibe. Die finanzielle Abhängigkeit. Auch wenn mir dieser Grund nicht so bewusst ist oder ich ihn nicht wahr haben will. Er ist ein toller Mensch und ich liebe ihn sehr. Aber es passt einfach nicht mehr zwischen uns beiden. Ich habe mich weiter entwickelt und er ist noch auf dem Stand, als wir uns kennenlernten. Da waren wir 21 Jahre alt.

Auf jeden Fall habe ich extreme Angst vor einer Trennung. Wie soll es mit mir weiter gehen, wenn ich wir uns trennen? Ich bekomme ja auch keinen anderen Job. Trotz der ganzen Bewerbungen. Außerdem würde ich auch seine Familie dann verlieren, die in den Jahren eine Ersatzfamilie für mich geworden ist.

Meine eigene Familiengeschichte ist leider nicht so rosig. Ich kam mit 9 Jahren ins Heim, weil meine Mutter mich massiv misshandelte.

Mein Vater war nie für mich da und starb recht jung - einen Tag vor seinem 43. Geburtstag. Meine Oma war und ist aber immer für mich da und ist für mich ein roter Faden in meinem Leben. Mein kleiner Bruder hat zu dem Zeitpunkt gerade nach etwa 11 Jahren, wieder Kontakt zu mir aufgenommen.

“Hallo, ich glaube ich bin Dein Halbbruder” schreibt mir mein Bruder, Maximilian, vor kurzem. Wir haben uns nicht mehr gesehen seit dem er 5 oder 6 Jahre alt war. Jetzt ist er schon 17 Jahre. Da ich seit meinem 21. Lebensjahr kein Kontakt mehr zu meiner Mutter habe, habe ich auch meinen Bruder nicht mehr gesehen. Mein Bruder hat einen anderen Vater als ich. Als dieser an Krebs starb, kam auch mein Bruder kurz danach ins Heim. Leider bekam ich davon nichts mit, weil ich den Kontakt zu unserer Mutter damals abbrach. Unsere Mutter hat uns körperlich und seelisch misshandelt. Sie hat uns verprügelt und psychisch fertig gemacht. Als ich ein Jahr im Heim war, kam mein Bruder auf die Welt. Ich habe immer gedacht, dass sie mit einem Jungen vielleicht besser klar kommen würde, als mit einem Mädchen. Dass das nicht so war, wusste ich leider nicht.

Er schreibt, dass auch er in einem Heim aufgewachsen ist, seit dem 12 Jahre alt war. Das tut mir so leid. Ich habe mir so sehr gewünscht, dass es bei ihm anders sein wird.

Er erzählt mir, dass er Angst hatte mir zu schreiben, weil er dachte, dass ich ihn vielleicht nicht sehen will. Selbiges hatte ich auch vermutet. Unsere Mutter ist gut im Geschichten erzählen. Die Freundin von Maximilian ist schwanger. Ich werde also Tante.



Wir verabreden uns bei einem Mexikaner. Er ist schon dort. Ich steige aus dem Auto und es ist ein komisches Gefühl. Wir wissen nicht, wie wir uns jetzt begrüßen sollen. Jetzt ist er um einiges größer als ich. Er sieht wirklich gut aus. Jetzt ist er ein attraktiver junger Mann. Als ich ihn das letzte Mal sah, war ich viel größer als er und nun ist es genau umgekehrt.

Wir gehen gemeinsam in das Restaurant bestellen uns etwas zu trinken und zu Essen. Wir reden viel. Er erzählt, wie er ins Heim kam. Auslöser war, dass unsere Mutter ausgeflippt ist. Sie ist mit dem Messer auf ihn los. Da war er 12 Jahre alt. Aber mein Bruder ist anders als ich und hat sich gewehrt. Er hat mit Stühlen geschmissen. Daraufhin hat sie die Polizei gerufen um sich vor ihrem Sohn zu schützen. Leider durfte Maximilian sich seinen neuen Wohnort nicht selbst aussuchen, so wie ich damals. Die Wahl bestand zwischen einem Heim und einer Pflegefamilie mit einem Häuschen. Unsere Mutter sucht für ihn das Heim aus. Das war typisch für sie. Es könnte ja jemandem besser gehen als ihr. Das Heim tat meinem Bruder leider nicht gut. Er erzählt auch nicht viel darüber. Nur das die Betreuer nicht gut waren und es ziemlich chaotisch und auch gewalttätig war.

Jetzt wohnt er mit seiner Freundin Amy zusammen.

Es ist ungewohnt ihn wieder zu sehen. Aber ich genieße es sehr, auch wenn viele alte negative Gefühle in mir hoch kommen. Es ist mittlerweile 2 Uhr Nachts und der Mexikaner schließt. Maximilian meint, in der Nähe gibt es nichts weiter, wo man jetzt noch hinfahren könnte. Also bringe ich ihn nach Hause und würde am liebsten aussteigen und ihn drücken. Aber ich traue mich irgendwie nicht. Wir verabschieden uns. Ich wünsche ihm eine gute Nacht.

Wir schreiben nun regelmäßig über den Messenger. Er schickt mir Fotos von sich und seiner Freundin und Ultraschallbilder von dem Baby. Es soll ein Mädchen werden.



Das Drama beginnt

Mein Mann und ich sind zu einem Junggesellenabschied von Freunden eingeladen. Mein Mann ist mit den Jungs unterwegs und wir Mädels ziehen über den Kudamm und meine Freundin bittet Männer darum, Kondome für sie zu kaufen, mit ihr ein Tänzchen zu machen oder ihr etwas abzukaufen. Wir treffen auf andere, die ebenfalls ihren Junggesellenabschied feiern. Das macht es gleich viel unterhaltsamer.

Als sie mit ihren Aufgaben fertig ist, fahren wir in ein Einkaufszentrum ins Bowling Center, um uns dort mit den Männern zu treffen. Abschließend wollen wir noch tanzen gehen und den Abend gemeinsam ausklingen zu lassen. Als wir dort angekommen sind, sind die Männer bereits da. Mein Mann hat schon einiges getrunken. Das ist eine der Eigenschaften, die ich an ihm immer weniger leiden kann. Er ist immer häufiger stark betrunken und wird während dessen auch immer aggressiver. Das war früher nicht so extrem. Vor allem die Aggressivität nimmt immer weiter zu.

So auch an diesem Tag. Wir Bowlen einige Zeit. Mein Mann trank. Mit einem Mal wirft er die Bowlingkugeln zu den Pins anstatt sie zu rollen. Er ist aggressiv. Ich spreche mit ihm und frage ihn, was los ist. Mit einem Mal beginnt er zu weinen und flippt völlig aus. Er sagt mir nicht, was los ist. Er springt auf und schmeißt die Bowlingkugel durch das ganze Bowlingcenter.

Die Sicherheitsleute verweisen meinen Mann aus dem Bowlingcenter. Er rennt raus und schmeißt im Einkaufszentrum, in dem sich das Bowlingcenter befindet, die Aufsteller durch die Gegend. Er schreit, weint und brüllt, dass er mich nicht verdient hat. Er ist ein Arsch und der letzte Dreck. Ich frage ihn was los ist. Ich bekomme keine Antwort. Er schmeißt unseren Wohnungsschlüssel, sein Handy und sein Portemonnaie durch das ganze Center. Brüllt: „Das kannst Du alles haben. Es bringt nichts, ich bin es nicht wert.“ Stellt sich anschließend auf die Brüstung im 3. Stock des Centers, zieht sich seinen Pullover und sein T-Shirt aus und brüllt weiter: Er braucht das nicht mehr. Es bringt alles nichts. Mittlerweile ist Micha da, ein Freund von meinem Mann. Er versucht ihn zu beruhigen und mit ihm zu sprechen. Auch der Sicherheitsdienst des Centers hat sich nun eingefunden und versucht meinen Mann ebenfalls zu beruhigen.

Gleichzeitig bitten sie ihn, das Center zu verlassen und wenn er irgendwo runter springen will, dann soll er das doch bitte woanders tun. Sowas wollen sie in ihrem Center nicht haben. Wir gehen runter. Micha und mein Mann vorne weg und ich mit den Sicherheitsleuten hinterher.



Mittlerweile habe ich aus dem Gesprächsfetzen zwischen Micha und meinem Mann mitbekommen, dass er wohl fremdgegangen ist.

.....nichts dolles..... war nicht richtig.... nee, keine Gefühle....

Ich spreche mit den Sicherheitsleuten. Einer von Ihnen ist so um die Mitte Ende vierzig. Er ist auch verheiratet. Schon viele Jahre und so etwas würde er nicht tun. Macht man einfach nicht. Ja, ich dachte auch immer, dass mein Mann so sei...

Er tickt gerade wieder aus. Micha versucht ihn zu beruhigen. Mit einem Mal rennt er weg. Micha rennt hinter ihm her. Wir suchen ihn, können ihn jedoch nicht finden. Wir sind ziemlich weit weg von zuhause in der Nähe vom Flughafen und dem Tegeler See.

Ich komme langsam zu mir. Habe keine Ahnung was hier eigentlich gerade so alles passiert ist. Ich spreche mit Micha. Er will mir aber nichts sagen. Er meint, das müssen wir alleine besprechen. Ich habe ja mittlerweile schon einen ziemlich groben Verdacht. Mir gehen gerade so viele Gedanken durch den Kopf. Mein Mann ist fremdgegangen. Wie konnte das passieren? Wie konnte er das tun? Warum hat er nicht mit mir gemeinsam nach einer Lösung gesucht? Oh je, der Junggesellenabschied von unseren Freunden!!! Der dürfte jetzt hinüber sein....

Wo steckt mein Mann? Hoffentlich tut er sich nichts an. Oh je, ich will ihn nicht verlieren. Für ihn war immer klar, dass ich die Beziehung beende, sollte er je fremdgehen. Jetzt wird er die Beziehung beenden wollen, weil das für ihn die logischste Schlussfolgerung ist. Oh bitte, hoffentlich tut er das nicht. Ich liebe ihn doch so. Und er ist doch meine Familie. Mein Herz rast die ganze Zeit.

Micha und ich teilen uns ein Taxi. Wir müssen in die gleiche Richtung. Wir fahren nach Hause. Micha sagt noch zu mir, bevor ich aussteige: „Du wirst bei ihm bleiben, das ist meistens so.“ Ich bezahle den Taxifahrer. Keine Ahnung wie viel Geld ich ihm gegeben habe. Ich bekomme immer noch nichts mit. Ich steige aus dem Taxi und Micha fährt weiter zu sich nach Hause.

Mein Herz rast weiter. Ich weiß überhaupt nicht was ich jetzt tun soll. Ich bin total durcheinander. Ich mache mir Sorgen. Habe Angst, dass unsere Beziehung jetzt vorbei ist. Das geht nicht. Ich liebe ihn doch so sehr. Was soll ich denn ohne ihn machen? Wir haben uns so viel aufgebaut. Die schöne Wohnung. Wie soll ich das ohne ihn schaffen? Ich kann mir ein Leben ohne ihn einfach nicht vorstellen. Er war doch immer mein Traummann. Groß, kräftig, hilfsbereit. Einfach meiner.



Ich weiß nicht, was ich jetzt tun soll. Ich weiß immer noch nicht wo er steckt. Wie es ihm geht. Ich habe seine Wohnungsschlüssel, sein Portemonnaie und sein Handy. Er kann niemanden anrufen. Sich noch nicht mal eine Fahrkarte kaufen. Er hat nicht mal eine Jacke. Er läuft nur im T- Shirt rum und es ist kalt.

Es ist etwa 1.30 Uhr in der Nacht. Was soll ich nur machen? Ihn suchen bringt nichts. Ich habe keine Ahnung wo ich ihn suchen sollte.

Ich mache mir weiter Sorgen. Ich muss mit jemanden sprechen. Mein Gefühl sagt mir, dass er vielleicht auch direkt zu seinen Eltern oder zu seinem Freund Björn gehen könnte.

Ich rufe bei den Eltern von meinem Mann an und spreche mit seiner Mutter und erzähle ihr, was passiert ist. Eigentlich nur, um sie darauf vorzubereiten, dass es nachts vielleicht klingeln könnte. Natürlich habe ich damit nur erreicht, dass sie jetzt nicht mehr schlafen kann und sich ebenfalls Sorgen macht. Sie kann es genauso wenig glauben wie ich, dass das alles passiert ist.

Wir vereinbaren, dass wir uns melden, sobald er irgendwo auftaucht.

Ich bin immer noch völlig fertig. Mein Herz rast. Ich bin traurig, wütend und verzweifelt. Ich hätte immer meine Hand dafür ins Feuer gelegt, dass er niemals fremdgehen würde. Und nun ist es doch passiert. Ich weiß, dass ihm der Sex zu wenig war. Das war immer ein Dauerthema bei uns, für das wir irgendwie keine Lösung gefunden haben.

Ich erklärte ihm, warum ich keine Lust auf Sex habe. Er verstand das nicht. Wir waren wenig zärtlich miteinander. Er wurde nur zärtlich, wenn er Lust auf Sex hatte. Ansonsten gab es wenige Berührungen. Er war auch wenig aufmerksam. Ich fühlte mich manchmal wie eine Toilette. Wenn's drückt, dann sollte ich bereit sein. Darauf hatte ich keine Lust. Er hingegen hatte das Gefühl, dass er alles in seiner Macht stehende tut. Damit hatte er auch recht. Mehr ging nicht für ihn. Das weiß ich heute. Dass er alles in seiner Macht stehende tat. Er tat sein Bestmögliches. So wie wir alle.

Ich bin völlig fertig und lege mich ins Bett. Ich kann das alles immer noch nicht glauben. Es ist fast 5 Uhr früh. Ich bekomme eine Nachricht von Björn, dass er dort angekommen ist. Ich brauche mir keine Sorgen machen. Ich bedanke mich bei Björn und rufe meine Schwiegermutter an um ihr Bescheid zu geben.

Ich kann nicht schlafen. Habe immer noch Angst, dass nun alles vorbei ist. Das ist meine größte Sorge. Gegen Mittag ruft Elvira, meine Schwiegermutter mich an und teilt mir mit,



dass er auf dem Weg zu ihr ist. Es ist doch eine Sache zwischen uns beiden. Ich fände es schön, wenn er zu mir käme und wir zuerst sprechen würden...

Er ist nun auf dem Weg zu mir. Ich habe eine Vermutung, was er den Anderen erzählt hat. Aber was wird er mir erzählen? Ich bin mir nur sicher: Er darf mich nicht verlassen. Wir bekommen das irgendwie hin. Wir sind nun schon 8 Jahre zusammen und ich liebe ihn so sehr.

Er kommt... Mein Herz schlägt mir bis zum Hals und immer noch viel zu schnell. Ich atme tief durch. Nun steht er vor mir. Er ist zwar fast ein Meter neunzig groß, wirkt jetzt aber eher wie ein kleiner Junge. Wir setzen uns. Ich frage ihn, was passiert ist. Er gibt zu, er hatte eine Affäre.

Und was machen wir jetzt? Er ist überrascht und erleichtert, dass ich die Beziehung nicht beende. Gleichzeitig ist er irritiert, weil es für ihn die einzig logische Schlussfolgerung ist. Vielleicht hatte er die Affäre, weil er hoffte, dass ich die Beziehung beende, weil er es nicht konnte? Soweit denke ich in dem Moment nicht.

Wir beschließen, dass wir zusammen bleiben. Das wir es noch mal versuchen. Dass wir eine Lösung für unser Problem finden. Ich bin erleichtert. So froh, dass er weiter in meinem Leben ist. Es ist klar, dass das Vertrauen wieder aufgebaut werden muss.



Chaos

Es ist jetzt etwa eine Woche her, dass ich erfahren habe, dass mein Mann fremdgegangen ist. Und das nicht nur einmal.... Mein Herz rast nun schon seit einer Woche ohne Pause. Der Puls kann auf Dauer nicht gesund sein.... Gut geht es mir nicht. Ich denke viel nach. Denke an die beiden zusammen. Lust auf Sex habe ich jetzt gerade noch weniger als zuvor. Er hat mit einer anderen Frau.... Die Bilder gehen nicht aus meinem Kopf. Ich bin misstrauisch. Kontrolliere sein Telefonverhalten und würde ihm am liebsten ein GPS - Sender in die Tasche stecken. Ich verstehe solche Frauen nicht. Sie wusste von mir. Weiß, dass wir verheiratet sind. Ich weiß nun auch wer sie ist. Er hatte schon mal etwas mit ihr, bevor wir zusammen gekommen sind. Ich habe sie auch schon mal gesehen. Das macht es nicht besser. Ich bin sauer. Auf ihn. Auf sie. Verstehe das einfach alles nicht. Warum hat er das gemacht? Warum lässt sie sich auf sowas ein? Das Schlimme ist, dass ich es nie für möglich gehalten hätte. Ich fühle mich so vor den Kopf gestoßen.

Wir wissen, dass wir beide an der Beziehung arbeiten müssen. Aber ich dreh' langsam durch. Bei einem Gespräch mit einer Freundin habe ich erfahren, dass er nicht mal ein Kondom benutzt hat. Wenn er seine Gesundheit auf Spiel setzt, ist das seine Sache. Aber wir hatten ja in der Zeit auch Sex. Mir kommt alles hoch. Ich war so wütend. Wie konnte er nur? Er hat mir zwar erzählt, dass sie wohl einen aktuellen HIV Test hatte. Aber was soll ich ihm überhaupt noch glauben? Mich widert der Gedanke einfach an.

Wir haben beschlossen, dass wir eine Paartherapie machen. Die Therapeuten sind super. Ein Mann und eine Frau und im Hintergrund hören noch vier andere Personen mit, die wir aber nicht sehen. Mit denen sind unsere beiden Therapeuten über einen Ohrstöpsel verbunden. Die Fragen, die die beiden stellen, regen zum Nachdenken an.



Die Diagnose aus heiterem Himmel

Wir versuchen nun mehr gemeinsam zu machen. Auch heute. Wir haben uns für das Inlinern entschieden. Das Wetter ist super und wir fahren raus zu einer guten Strecke, mit gutem Weg und ein bisschen am Wasser lang. Ich bin immer wieder mit meinem Gedanken bei seiner Fremdgehaktion. Leider passt mein unsicheres Fahren und Unkonzentriertheit nicht besonders gut zusammen. Ich falle mit den Inlinern hin und lande ganz blöd auf meinem Hintern. Das ist ganz schön schmerzhaft. Ich stehe wieder auf. Es geht schon. Das habe ich nun davon, beim Inlinern an so etwas zu denken. Wir fahren weiter. Ich fühle mich wieder etwas sicherer. Auf ein Mal meint David, mein Mann, zu mir: Vorsicht, von rechts kommt ein Radfahrer. Ich fahr also links rüber, vor mir ein Ast - und wusch und ich liege schon wieder. Diesmal tut es richtig weh. Jetzt habe ich keine Lust mehr. Und der Fahrradfahrer kam auch nicht. Hat sich anscheinend in Luft aufgelöst.

Es sind zwei Tage seit unserem Inlinern vergangen und ich liege nachts im Bett. Bei mir dreht sich alles. Es will einfach nicht aufhören sich zu drehen. Ich beschließe am nächsten Tag zum Arzt zu gehen. Nicht das ich mir doch noch irgendetwas Größeres beim Sturz getan habe. Der Arzt ist am Kúdamm im 3. Stock. Als ich beim Arzt bin, macht er erst Ultraschalluntersuchungen und meint dann, dass er mich gerne zum MRT schicken wollen würde, um wirklich sicher zu gehen, dass alles in Ordnung ist.

Er gibt mir die Adresse von einer MRT-Praxis und macht für mich am übernächsten Tag dort einen Termin.

Ich war noch nie im MRT. Habe aber auch nicht allzu gute Dinge darüber gehört. Aber gut, so schlimm wird es schon nicht werden.

Am übernächsten Tag bin ich in der MRT-Praxis. Solange ich keine Nadel irgendwohin bekomme geht alles schon irgendwie. Es ist ganz schön laut. Die Geräte machen einen ganz schönen Lärm. Ich soll alles an Metall ablegen. Jeden Schmuck, den ich an meinem Körper habe. Eine Arzthelferin legt eine Kopfstütze auf die Liege und fixiert meinen Kopf darin. Zum Glück hab ich ein paar Kopfhörer mit Musik bekommen. Somit höre ich dieses Rattern nicht mehr so sehr. Ich werde in die Röhre geschoben und die Arzthelferin geht in den Nebenraum und schließt die Tür von außen. Zwischen den beiden Räumen ist so eine Art großes Fenster. So dass Ärzte und Schwestern in den Raum sehen können, in dem das MRT steht.



Die Untersuchung beginnt. Es soll etwa 20 Minuten dauern. Es tackert und tickert. Ein bisschen wie ein schlechter TechnoSong. Umpf. Umpf. Umpf. Das geht so eine Weile. Dann ist es mit einem Mal still. Es ist vorbei - denke ich. Aber nein, die Arzthelferin kommt und zieht mich aus der Röhre und baut nochmal was um und es geht in die nächste Runde. Hmm. Na gut. Umpf. Umpf. Umpf. Dazwischen immer längere Pausen. Die Liege auf der ich liege wird vor und zurück geschoben. Wieder Pause. Ich werde noch mal verschoben. Umpf. Umpf. Umpf. Pause. Ich kann von der Röhre aus in den Raum geradezu gucken. Sehe nur Leute rein und raus gehen. Es sieht aus, als wenn sie sich beratschlagen. Wieder die Liege ein Stück hoch. Es geht weiter. Umpf. Umpf. Umpf. Hmm, ich habe das Gefühl, als wenn es doch länger dauert. Ich habe gerade kein gutes Gefühl. Umpf. Umpf. Umpf. Es scheint, als wären wir jetzt fertig. Ich werde aus der Röhre herausgefahren und aus meiner Halterung herausgelöst.

Der Arzt steht vor mir. Er sagt, dass meine Halswirbelsäule in Ordnung ist. Sie hätten jedoch etwas anderes gesehen und ich solle noch mal wieder kommen, damit es genauer untersucht werden kann. Ich frage: Muss ich? Der Arzt sagt, dass es schon wichtig sei und es müsse mit Kontrastmittelvergabe untersucht werden. Argh. Nicht Kontrastmittel. Keine Nadel. Kein piksen. Ich habe eine Spritzenphobie. Ich kippe um, wenn mir Blut abgenommen wird. Eine Horrorvorstellung für mich. Elvira, meine Schwiegermutter, hat mir schon so viele Horrorgeschichten über die Kontrastmittelgabe erzählt. Mit stundenlangem liegen, sich nicht bewegen dürfen, Übelkeit usw. Und warum überhaupt? Mir geht's doch gut. Mir war doch nur schwindelig. Ich versuche dem aus dem Weg zu gehen und frage, wann ich denn wieder kommen soll. Und denke, dass er einen Termin weit in der Zukunft vorschlagen wird. Er sagt: Morgen. Uff. Morgen? So dringend? Ich will nicht.... Ich habe aber mehr Sorgen wegen des Kontrastmittels und der Pikserei, als wegen dem Grund. Meine Venen sind so schlecht bzw. liegen ziemlich tief.

Ich frage: Morgen? Er sagt: Ja.

Oh je. Ich glaube, aus der Nummer komme ich nicht mehr raus.

Ich habe das Gefühl, als stünde ich neben mir. Ich kann wohl nichts machen. Morgen werde ich wohl wieder kommen - auch wenn ich nicht will. Wir vereinbaren einen Termin für Morgen.

Dann muss ich auf Arbeit auch noch alles klären.



Nachdem ich eine Nacht über die Geschehnisse vom Vortag geschlafen habe, geht es mir nicht wirklich besser. Ich habe Angst vor dem Termin. Angst vor der Nadel und dem Kontrastmittel.

Also wieder rein in die Röhre. Diesmal aber mit Nadel und Kontrastmittel. Ich liege auf der Liege und die Arzthelferin kommt und will mir den Zugang legen. Zack Nadel rein, sitzt! Tut zwar weh, aber wenigstens hat es beim ersten Mal gleich geklappt. Zum Glück liege ich schon. So kann ich wenigstens nicht mehr umkippen. Ich habe einen Schlauch an der Nadel. Sie sagt, dass Kontrastmittel wird dann im Laufe der Untersuchung gespritzt. Oh jeeee. Ok.

Es geht wieder los. Umpf. Umpf. Umpf. Tack. Tack. Tack. Wieder Liege mal vor und mal zurück. Es wird leise. Ein Glück, vorbei denke ich. Aber es geht weiter. Es kommt die Durchsage, dass jetzt das Kontrastmittel kommt. Ich atme tief ein. „Bitte still liegen bleiben“ tönt es. OK. Ganz wohl ist mir nicht. Ich spüre wie die kalte Flüssigkeit in meine Vene läuft. Das ist nicht schön. Es geht weiter. Umpf. Umpf. Umpf. Tack. Tack. Tack. Umpf. Umpf. Tack. Tack. Tack. Tack. Zwischendurch habe ich das Gefühl keine Luft zu bekommen. Mir ist schwindlig.

Nach einer gefühlten Ewigkeit ist es vorbei. Ich werde aus der Röhre herausgezogen. Der Zugang soll erst mal drin bleiben, falls noch was sein sollte. Ich soll viel trinken. Ich warte im Warteraum und trinke. Dann habe ich nochmal ein Gespräch mit dem Radiologen. Er erklärt mir, dass ich Läsionen und einige Entzündungsherde im Gehirn hätte. Ahhh - Jaaa????? HÄ? Er sagt, er gibt mir die MRT Bilder mit und ich solle zu einem Neurologen gehen um weitere Untersuchungen zu machen. Er empfiehlt mir einen Neurologen in einer Klinik in Zehlendorf. Zu einer Krankheit könne er nichts sagen, dazu bedarf es noch einiger Untersuchungen. Der Zugang wird mir gezogen und ich kann mit den MRT Bildern auf CD gehen.

Läsionen und Entzündungen im Gehirn???? Kaum zu Hause angekommen mache ich einen Termin bei dem Neurologen nächste Woche und frage Google nach: Läsionen im Gehirn.

Ich finde:

Gehirnläsionen entstehen beispielsweise häufig durch ein Trauma, das durch einen Schlag auf den Kopf verursacht wird- na gut, meine Mutter hat schon öfter mal ordentlich zugeschlagen. Auch mit Gegenständen. Wäre also nicht unwahrscheinlich.



Weiterhin sind Läsionen natürliche Prozesse des Alterns- Naja, ich bin jetzt 29. So alt ist das ja nun noch nicht.

Tumore- hmm

Toxine- Das häufigste Nervengift, welches vom Menschen aufgenommen wird, ist Alkohol. Aber auch andere Chemikalien können sich negativ auf Gewebe und Organe auswirken. Ich trinke super selten Alkohol und nehme auch keine Drogen oder irgendwelche Rauschmittel. Also kann das auch eher nicht sein.

Multiple Sklerose- muss ich mal nach googeln

Neuroborre- was soll das sein?

Genetisch: Läsionen im Zusammenhang mit einer Person Erbgut, wie Menschen mit Neurofibromatose.

....und so weiter.

Ich stoße schon ziemlich häufig auf MS (Multiple Sklerose). Versuche jedoch immer außen rum zu suchen.

Alles in allem liest sich alles nicht so berauschend. Aber mir geht's gut. Also was solls?

Dass die Sache mit dem Fremdgehen von meinem Mann herausgekommen ist, ist jetzt auch erst 8 Wochen her. Unsere Beziehung hat einen weiteren Knacks und ich habe nicht das Gefühl, Rückhalt und Unterstützung von ihm zu bekommen. Ich weiß nicht, ob er überhaupt mitbekommt, was da gerade mit mir passiert und was ich da gerade durchlaufen muss. Durch die Fremgehaktion und jetzt meine Untersuchungen und mein berufliches Eingespannt sein, lässt der frische Kontakt mit meinem Bruder gerade etwas nach. Ich muss mich unbedingt wieder bei ihm melden. Aber ich habe keinen Kopf gerade dafür frei. Ich werde Oma mal fragen. Sie feiert im Juli dieses Jahr Ihren 75. Geburtstag. Vielleicht kann Felix ja mit seiner Freundin zusammen hinkommen. Sie hat ihn ja auch schon ewig nicht mehr gesehen, da sie mit ihrer Tochter, unserer Mutter, in etwa so lange keinen Kontakt mehr hat wie ich. Ich weiß, dass es meiner Oma bestimmt nicht leicht fallen wird. Aber er ist ja ihr Enkelsohn und sie hat ja früher schon auf ihn aufgepasst. Für Maximilian wäre das Treffen viel wert. Das hat er mir schon geschrieben.



Vor den Untersuchungen

Die zwei Wochen sind vorbei. Heute habe ich den Termin bei dem Neurologen. Ich gehe durch die langen Gänge des Krankenhauses und suche den Arzt. Ich fahre in dem 3. Stock zur neurologischen Abteilung. Die Fahrstuhltür geht auf und ich habe das Gefühl ich bin im falschen Film. Ich stehe zwischen drei schwer geistig behinderten Menschen die gerade ihr Mittagessen zu sich nehmen. Ich denke: Nein! Hier gehöre ich nicht hin! Das fühle ich und das denke ich. Das passt nicht zu mir. Das fühlt sich für mich überhaupt nicht stimmig an.

Ich gehe in das Besprechungszimmer des Arztes. Er bittet mich Platz zu nehmen und ist schon etwas älter. Im Großen und Ganzen wirkt er ganz sympathisch. Er stellt mir Fragen. Einige finde ich merkwürdig. Aber ich beantworte alles brav.

Ob ich oft müde bin, fragt er. Naja, wenn man keine Lust zum Arbeiten hat, kann das morgens schon vorkommen. Er will wissen, ob ich manchmal Missempfindungen habe. Ich verstehe nicht. Na zum Beispiel ob ich manchmal kalt und heiß nicht unterscheiden könnte. Doch, geht. Oder ob ich manchmal ein Kribbeln irgendwo hätte. Naja, wenn meine Füße eingeschlafen sind, ist das manchmal schon etwas unangenehm. Aber vermutlich nichts Ungewöhnliches.

Ich soll mich auf die Liege legen und er macht einige Tests. Ich vermute, ohne besonderes Ergebnis. Er fährt mit irgendeinem Metall Ding über meine Beine und über die Fußsohle. An den Beinen kratzt es und unter den Füßen ist es kitzlig.

Er sagt, um eine genaue Diagnose stellen zu können, müssten einige Untersuchungen gemacht werden und ich solle dazu drei Tage ins Krankenhaus. Ins Krankenhaus? Stationär? Ich bin doch gesund??? Ich hasse Krankenhäuser. Schon der Geruch und die ganzen kranken Menschen. Es ist gerade Hochsommer. Ich bin froh um jede Stunde, die ich draußen die Sonne genießen kann- zumal es mir ja gut geht. Was soll ich hier im Krankenhaus herumsitzen? Das machen wir so auf gar keinen Fall. Ich frage, wozu ich denn hier bleiben muss und was denn alles gemacht wird. Ja, na einige Tests und die Untersuchung des Nervenwassers. Und es wäre halt gut, wenn ich da bleibe, damit sie wissen, dass ich da bin - sagt der Arzt.

Dass machen wir so auf keinen Fall. Sage ich nicht, denke ich nur.

Wir machen einen Termin für die Woche darauf. Ich muss auf Arbeit Bescheid sagen, dass ich ein paar Tage nicht da sein werde. Dass ich nicht die ganze Zeit im Krankenhaus bleibe, erwähne ich natürlich nicht.



Ich google zwischenzeitlich immer mal wieder nach den Läsionen und werde nicht schlauer. Der Arzt hat sich auch nicht dazu hinreißen lassen mir irgendwelche Infos zu geben. Ich habe also immer noch keine Ahnung, um was es jetzt eigentlich geht. Nur eine Vermutung.

Es könnte MS sein.

Mit David kann ich da nicht drüber sprechen. Er sagt, warte doch erst mal ab. Wir werden dann schon sehen. Da mir schon ein bisschen mulmig ist, wäre es schön, wenn ich am letzten Tag, wenn dann alle Untersuchungen gemacht worden sind, nicht alleine wäre. David muss arbeiten fährt mich aber hin. Meine Schwiegereltern, Elvira und Wolfgang, sagen, dass sie mich dann abholen.

Ich will mich unbedingt noch bei meinem Bruder melden. Im Büro hab ich schon Bescheid gesagt, dass ich jetzt ein paar Tage nicht da bin.

Ich fahre zum Krankenhaus. Ich gehe wieder zu der Station, wo die schwer Behinderten auf dem Gang essen. Ich gehöre hier nicht her. Definitiv! Beim fertig machen der Unterlagen versuche ich noch mal wegen des stationären Aufenthaltes zu verhandeln. Die Dame die die Papiere fertig macht, sagt wieder, das ginge nicht. Sie würden es immer so machen.

Vermutlich bekommen sie mehr Geld, wenn ich stationär aufgenommen werde, als wenn ich nur ambulant käme. Privat versichert zu sein hat nicht nur Vorteile. Na gut, mir auch egal. Ich gehe trotzdem später. Es sind dreißig Grad draußen. Da werde ich bestimmt nicht im Krankenhaus bleiben.

Ich treffe auf den stellvertretenden Oberarzt. Er erklärt mir die Abläufe der Untersuchungen.

Es finden statt: Anamnesebogen, Schachbrettmustertest, Reaktionstest, und Synabsentest. Der Synabsentest heißt natürlich anders. Ich habe nur vergessen wie.

Der stellvertretende Oberarzt erklärt mir, dass er sich um die Untersuchungen kümmert, da der Chefarzt gerade nicht da ist. Na so ein Zufall. Zum Glück können sie über meine Krankenversicherung trotzdem den Chefarzt abrechnen. Da haben die aber Glück.



Ich frage den stellvertretenden Oberarzt nach dem zeitlichen Ablauf. Bis wann das heute geht und ab wann das morgen wieder losgeht. Er will wissen, wozu ich das so genau wissen will. Ich sei ja eh da. Ich erkläre ihm, dass ich nicht über Nacht bleiben werde und nach der Untersuchung wieder gehen werde und morgen wieder komme. Er findet das nicht gut. Ich frage ihn, wozu ich hier bleiben soll. Er meinte, das wäre wegen der Untersuchungen besser, damit ich abrufbereit bin.

Ich frage ihn, wie viele Untersuchungen denn für heute anstehen würden. Er sagt: "Eine". ??????

Öhm, ja..... Ich sage: Dass passt ja prima, dann gehe ich nach der Untersuchung. Er sagt, er muss das noch abklären. Mir ist egal, was er da abklären will oder nicht. Ich gehe. Punkt. Sage ich nicht. Denke ich nur.

Er schickt mir einen Krankenpfleger in mein Zimmer, dass ich für die nächsten drei Tage besuchen werde. Dieser fragt alles Mögliche ab. Unter anderem, ob und wie viel Alkohol ich trinken würde, ob ich Drogen nehmen würde oder genommen habe und ob er einen HIV- Test machen dürfte. Ich bin irritiert. Wie sehe ich denn aus??? Als ob ich am Bahnhof Zoo arbeiten würde? Nein, ich trinke fast nie Alkohol, und Nein, ich nehme auch keine Drogen. Naja gut, ich habe als 17-jährige mal ein bisschen was geraucht oder Kekse gegessen. Aber das war nur selten und nun ja sowieso nicht mehr. HIV- Test? Na wenn ihn das glücklich macht. Obwohl, schaden kann es ja nicht, nachdem mein Mann ungeschützt fremd gepoppt hat.

Ich fühle mich unwohl bei diesen Fragen.

Er nimmt mir noch Blut ab. Oh je. Blut abnehmen ist nicht meins. Ich muss aufpassen, dass ich nicht gleich flach liege. Ich lege mich vorsichtshalber schon mal hin, dann kann ich nicht mehr umkippen.

Nachdem ich das überstanden habe, frage ich wie es nun weiter geht. Der Pfleger sagt, das war es für heute. Ach, schön. Dann kann ich ja gehen.

Den stellvertretenden Oberarzt sehe ich gerade nicht mehr. Ich sage im Schwesternzimmer Bescheid, dass ich jetzt gehe. Die sind ein bisschen irritiert. Das ist mir egal. Ich frage, wann ich den Morgen am besten wieder da sein soll. Morgens ist ja bestimmt eh noch was zu tun. Visiten oder ähnliches. Ich soll um 9.30 Uhr da sein. Super, dann kann ich ja noch fast ausschlafen.



Ich fahre nach Hause und mache mir einen schönen Nachmittag. Genieße die Sonne auf meinem Balkon. Denke noch ein bisschen über den Tag nach. Ich bin auf morgen gespannt.

Am nächsten Morgen stehe ich pünktlich um 9.30 Uhr auf der Matte.

Bei meiner ersten Untersuchung bekomme ich Elektroden auf den Kopf befestigt und soll auf einem Monitor Schachbrettmuster anschauen. Mal oben. Mal unten. Dann rechts und dann links.

Zwischendurch hüpfen irgendwelche Dinge über das Schachbrett, die ich beobachten soll. Der Test ist fertig und die Elektroden werden wieder von meinem Kopf abgenommen. Na gut, das war ja einfach.

Als nächstes kommt ein Test mit elektrischen Reizen. Dafür wird Strom über die Hände und Füße in den Körper geleitet. Ich soll Bescheid sagen, wenn ich was fühle. An dem Punkt bleiben sie dann eine bestimmte Zeit, damit da irgendetwas ausgewertet werden kann. Mir tut das so weh. Es ist so unangenehm. Ich halte das nicht über den Zeitraum aus, den die haben wollen. Das ist so fies. Erst die linke Hand, dann die rechte Hand. Linker Fuß, rechter Fuß. Ich halte es kaum aus. Die Schwestern sagen nur, dass kann gar nicht so weh tun. Argh. Da könnte ich ausflippen. Das habe ich beim Zahnarzt auch schon gehört. Wer außer mir kann denn entscheiden, ob mir etwas weh tut oder nicht? Nur ich. Punkt. Ich hasse diese Aussage.

Wir müssen immer wieder aufs Neue anfangen, weil ich die Zeit nicht durchhalte. Sie ändern irgendwas, sagen dann aber, dass es sein kann, dass dadurch der Test nicht ausgewertet werden kann. Ist mir egal, es tut jetzt wenigstens nicht mehr so weh.

Ich bin froh, dass das vorbei ist.

Als nächstes guckt nochmal jemand nach meinen Reflexen und der Koordination. Beim Schlag gegen mein Knie gibt's den Reflex und mein Unterschenkel schnell nach oben. Auf beiden Seiten. Alles supi. Ich finde mit geschlossenen Augen mit meinem rechten Zeigefinger die Nasenspitze. Wie bei dem Test bei Betrunkenen wird geguckt, ob ich auf einer Linie laufen kann. Das geht auch. Ich kann auch auf einem Bein hüpfen. Alles gut.

Nach dem Test ist der heutige Tag auch vorbei. Diese Stromsache hat mir ganz schön zugesetzt. Ich bin noch immer nicht ganz anwesend. Ich kläre wieder ab, wann ich am nächsten Tag da sein soll und fahre wieder nach Hause und erhole mich in der Sonne.



Heute ist der letzte Untersuchungstag. Heute ist die Lumbalpunktion dran. Was ich bisher im Internet gelesen habe macht mir nicht viel Mut. Ich komme mit diesen ganzen Nadelsachen einfach nicht klar.

Mein Mann hat mich heute ins Krankenhaus gefahren. Leider macht die Lumbalpunktion wieder der, mir nicht ganz so sympathische, stellvertretende Oberarzt. Wieder mit der Begründung, dass der Chefarzt nicht da ist. Der war mir jedoch ein bisschen sympathischer.

Ich soll mich aufs Bett setzen und die Füße vorne runter hängen lassen. Eine Schwester ist dabei, die ist etwas älter aber ganz nett. Sie steht vor mir und der stellvertretende Oberarzt hinter mir. Er sagt, dass ich entspannt bleiben soll und das es nicht weh tun wird. Eine Betäubung will er mir nicht geben, da er meint, ob er nun einmal eine Betäubungsspritze ansetzt oder gleich die Lumbalpunktion. Es sei so oder so ein Stich. Ich habe Panik. Schon alleine vor der Nadel. Die ist sehr lang und dann hängt da noch ein Schlauch dran. Vermutlich um die Flüssigkeit in ein Gefäß fließen zu lassen. Ich atme tief ein und er sticht die Nadel in meinen Rücken. Es tut weh. Richtig weh. Ich merke wie er die Nadel hin und her dreht. Ich kippe vorne über. Die Schwester hält mich und ich hänge auf ihrer Schulter. Auf einmal tut mir meine Hüfte links weh. Ich schreie. Der Arzt dreht die Nadel weiter. Dann tut mein rechtes Bein mit einem Mal höllisch weh. Er popelt irgendwas an meinem Rücken. Der Schmerz ist jetzt ein Glück weg. Er muss wohl irgendwelche Nerven getroffen haben. Er macht noch irgendwas an meinem Rücken. Vermutlich lässt er jetzt die Flüssigkeit abfließen.

Ich bin völlig fertig. Total aufgelöst. In den Augen der Schwester sehe ich, dass ich ihr leid tue. Sie fragt, war wohl doch schmerzhafter als erwartet. Sie streichelt meinen Oberarm und meint, ich soll mich erst mal hinlegen und etwas trinken.

Ich soll noch warten. Mittlerweile sind meine Schwiegereltern da. Wir warten auf irgendwelche Ergebnisse. Oder auf den Arzt. Ich muss ja noch aus meinem Nichtstationären Aufenthalt wieder entlassen werden. Es dauert. Wir gehen noch ein bisschen im Park des Krankenhauses spazieren. Als wir wieder hochkommen ist der stellvertretende Oberarzt wieder da und wir machen die Entlassungspapiere fertig. Der stellvertretende Oberarzt sagt nichts zu den ganzen Testergebnissen. Stattdessen schickt er mich mit dem Kommentar nach Hause: Machen Sie sich keine Sorgen. Sie werden ganz normal weiter leben können. Oh ja. Recht herzlichen Dank für diese Aussage. Ich bin stinksauer. Die ganze Quälerei mit dem Strom und dann noch die



Lumbalpunktion, die der Doktor offensichtlich nicht hinbekommen hat und ich die Schmerzen hatte, und dann solche Aussage? Herzlichen Dank. Meine Schwiegereltern und ich sind ratlos.

Der stellvertretende Oberarzt, sagt dass der Chefarzt mit mir die Auswertung machen wird. Na wenigstens was. Das Nervenwasser muss ja auch erst mal untersucht werden.

Einige Tage später zu Hause frage ich meinen Mann, ob er sich das an meinem Rücken mal anschauen kann. Er sagt, da sind zwei Stiche. Wie??? Zwei Stiche??? Einmal Lumbalpunktion, zwei Stiche? Also hat sich der stellvertretende Oberarzt anscheinend verstochen. Und das, wo ich dachte, dass er etwas mit dem Schlauch macht, war dann der zweite Stich.

Also ist die Lumbalpunktion anscheinend nicht schmerzhaft, wenn diese ein kompetenter Arzt durchführt.



Nach den Untersuchungen

Die Untersuchungen sind jetzt drei Tage her. Ich habe Kopfschmerzen. Eine Nebenwirkung der Lumbalpunktion. Ich habe sonst nie Kopfschmerzen. Die Kopfschmerzen sind aber nur dann, wenn ich aufstehe. Solange wie ich liege, sind sie nicht da. Aber sobald ich mich aufsetzte, zieht und puckert es in meinem Kopf. Ich hab das Gefühl, dass mein Kopf platzt. Kaum auszuhalten. Bisher helfen auch keine Schmerztabletten. Super, jetzt scheint die Sonne draußen doch ohne mich.

Ich habe heute den Termin bei dem Chefarzt zur Auswertung meiner Untersuchungen. Diesmal wieder direkt in seinem Büro.

Nun endlich die lang ersehnte Antwort:

„Sie haben ein bisschen MS. Aufgrund der erhöhten Eiweißwerte im Liquor.“

Gut, nach meinen Internetrecherchen war das jetzt keine Überraschung mehr. Er meinte, einige Menschen merken davon in ihrem ganzen Leben nichts. Da fällt das zum Beispiel erst bei einer Obduktion auf. Ich hätte zwar recht viele Entzündungsherde, mit 30 Stück im Kopf, aber wenn ich keine Beschwerden habe ist das auch OK.

Die Wirbelsäule wurde im Übrigen bei MRT nicht mitgemacht. Da die Entzündungsherde sich im Kopf und in der Wirbelsäule befinden können, wäre es sinnvoll gewesen, alles „zu durchleuchten“.

Gut, damit konnte ich leben. Er meinte, eine Basistherapie müsse man jetzt nicht machen, da ja im Prinzip nichts weiter ist. Auch damit konnte ich gut leben, ohne zu wissen, was eine Basistherapie sein sollte.



Es geht los

Einige Monate später war zunächst mein linker Fuß eingeschlafen und wachte nicht mehr auf. Nach ein paar Tagen schlief auch langsam der rechte Fuß ein. Das zog sich dann im Laufe der Zeit immer weiter hoch bis zum Po.

Da fiel mir die Frage nach den Empfindungsstörungen von dem Arzt wieder ein.

Und das war gut so. Denn wegen eingeschlafener Füße wäre ich nicht zum Arzt gegangen. Das wäre mir blöd gewesen. Herr Doktor, ich habe eingeschlafene Füße, die nicht mehr aufwachen :)

Gut, er hätte damit vielleicht etwas anfangen können. Aber ohne die Diagnose hätte ich vermutlich nicht gewusst, wie ich damit umgehen sollte.

Da ich nun die Ahnung hatte, dass die MS etwas damit zu tun hatte, suchte ich mir DEN Experten in meiner Stadt. Zumindest laut Internet eine der besten Ärztin auf dem Gebiet in der Schulmedizin. Frau Doktor Professor Trallala. Sie heißt natürlich anders. Ich nenne sie hier nur so :)

Ich machte einen Termin bei Frau Doktor Professor Trallala. Sie bestätigte: Jawohl, ein Schub. Ich müsse noch einen MRT machen. Kopf und Wirbelsäule. Natürlich mit Kontrastmittel. Ich freute mich schon.... :/ Und eine Kortisonstoßtherapie, damit der Schub schneller wieder weg geht. 5 Tage am Stück. Hintereinander.

Jawohl. Mit meinen Venen... Mit meiner Nadelphobie - nix leichter als das.

ACH SO und ab jetzt dann regelmäßige Medikamenteneinnahme. Betaferon. Alle drei Tage selber piksen. Natürlich Frau Doktor Professor Trallala.

IM LEBEN NICHT!!!

Außerdem konnte ich die Kortison-Stoßtherapie nur 3 Tage machen, da ich über das Wochenende zu einer Schulung musste. Frau Prof. Trallala meinte, dass das gar kein Problem sei und es mir anschließend total super gehen würde. Viiiiiiiiieel besser als vorher. Also gar kein Problem. Ich kann auf jeden Fall fahren.

Ich erklärte Frau Doktor Professor Trallala, dass ich das mit der Kortison-Stoßtherapie versuchen würde, aber dass das mit dem Medikament auf keinen Fall geht. Sie meinte, das wird schwer. Es gäbe zwar noch ein anderes Medikament, dass für meine leichte MS passen würde und das nur einmal im Monat intravenös gegeben wird, aber die Kassen bezahlen das nicht gerne. Nur mit klagen. Ich war jedoch privat versichert. Da musste



ich nichts einklagen, das wusste ich. Einmal im Monat piksen war schon schlimm genug. Und Blutabnahmen und MRT mit Kontrastmittel kamen ja noch dazu.

MS - Das war DIE Super-Gau Krankheit für mich!



Mein Weg beginnt

Am 2. Tag meiner Kortisonstoßtherapie traf ich einen Menschen, der mein Leben komplett veränderte. Gut, die Diagnose MS tat das bereits. Aber mit dem Treffen auf sie, begann die größte Veränderung in meinem Leben. Meine jetzt liebe Freundin Sarah. Wir saßen in einem Raum mit mehreren Infusionsständern, zu viert oder fünft. Jeder hing an seinem Tropf. Entweder an seinem Medikament, oder so wie ich, am Kortison. Was für ein krankes Bild!

Sarah hing, so wie ich gerade, ebenfalls am Kortison. Sie hatte noch zwei Tage vor sich, so dass wir uns auch am darauf folgenden Tag trafen. Wir kamen schnell ins Gespräch und ich erzählte ihr, dass ich ein MS - Frischling bin. Im Laufe unserer Unterhaltung schob sie mir plötzlich eine Visitenkarte von einem Orthopäden entgegen und meinte, ich kann dort einfach mal hingehen. Ein riesen Geschenk, für meinen Weg der Heilung. Aber damals verstand ich es überhaupt nicht. Was sollte ich denn mit einem Orthopäden??? Ich hatte doch MS!?

Sie antwortete einfach nur, geh doch einfach hin. Er ist ein toller Arzt. Na gut, ausprobieren kann man ja mal was. Ich steckte die Visitenkarte ein. Es dauerte noch einige Monate, bis ich dort hin ging. Es war eine der besten Entscheidungen meines Lebens :). Danke noch mal von ganzen Herzen, liebe Sarah.

Wir trafen uns am nächsten Tag wieder dort und plauderten über Gott und die Welt. Nach 3 Tagen Kortison fuhr ich am nächsten Tag zu einer Schulungsveranstaltung. Frau Doktor Professor Trallala meinte ja, das wäre überhaupt kein Problem. Nach Kortison fühlen sich die meisten super fit und sind voller Energie.

Bei der Schulung angekommen, war ich ein Häufchen Elend.

Ich hatte überhaupt keine Konzentration. Konnte keinen klaren Gedanken fassen. An den einzelnen Workshops konnte ich nicht richtig teilnehmen. Ich bekam nichts mit. Beim Laufen knickte ich ständig um. Das war vorher nicht so. Mir ging es so schlecht, dass ich abgeholt werden musste. David kam und sammelte mich von dort ein. Ich konnte das Seminar nicht weiter besuchen. Es war einfach nicht machbar.

Mein Entschluss für die Zukunft: NIE wieder Kortison.



Heute weiß ich, dass es medizinisch überhaupt keinen Nachweis dafür gibt, dass mit Kortison der Schub schneller wieder geht. Oder das der Schub mit Kortison eher ohne bleibende Schäden geht. Dafür gibt es jedoch unheimlich viele Nachweise dafür, welche Nebenwirkung das Kortison mit sich bringt. Dazu gehören unter anderem:

„...über einen längeren Zeitraum können sich Symptome eines Cushing-Syndroms einstellen, die sich in Muskelschwäche oder Muskelschwund (Cortisonmyopathie), Osteoporose, aseptischer Knochennekrosen (Kopf des Oberarm- und Oberschenkelknochens), Dehnungsstreifen (Striae rubrae), verzögerter Wundheilung, Steroidakne, punktförmigen Hautblutungen (Petechien), Blutergüssen, Steigerung des Augeninnendrucks (Glaukom), Linsentrübung (Grauer Star), Hemmung der Magenschleimproduktion, in seltenen Fällen lang anhaltendem Schluckauf, erhöhtem Blutzuckerspiegel, Zuckerkrankheit (Diabetes mellitus), Wassereinlagerung im Gewebe, Vollmondgesicht, vermehrter Kaliumausscheidung, Wachstumsstörungen bei Kindern, Störungen der Sexualhormonsekretion (Ausbleiben der Menstruationsblutung, abnormer Haarwuchs, Impotenz), „Stiernacken“, Blutbildveränderungen (Leukozytose, Lymphopenie, Eosinopenie, Polyglobulie), Erhöhung des Infektrisikos und Immunschwäche äußern.“

Quelle: <https://de.wikipedia.org/wiki/Cortison#Nebenwirkungen>

Also was genau soll mir die Kortison-Stoßtherapie jetzt genau bringen, wenn ich einen Schub habe, wenn es doch nicht erwiesen ist, dass die Kortison-Stoßtherapie überhaupt bei einem Schub hilft?

Will ich eine von den Nebenwirkungen? Nein, sicher nicht. Somit bringt mir persönlich die Kortison-Stoßtherapie nichts. Aber vielleicht den Pharmafirmen....

Also hier hat mein Körper rebelliert und somit war klar, dass ich diese Kortison-Stoßtherapie nie wieder machen werde. Und mein Körper ist ganz schön schlau. Der weiß, was ihm gut tut und was nicht ;)



Dieses Jahr wird immer noch schlimmer

Ich erholte mich langsam wieder von der Kortison-Stoßtherapie und es war der erste Tag, an dem es mir wieder besser ging. Es ist mittlerweile Oktober 2009.

Da bekomme ich einen Anruf von meiner Oma. Sie fragt: Sitzt Du?

Ich: „Ja, jetzt.“ Ich stand gerade in der Küche und setzte mich dort auf einen Stuhl.

Meine Oma sagt: „Dein Bruder hat sich umgebracht.“

Ich ... ich wusste überhaupt nicht.... Er war gerade ein paar Wochen 18 Jahre alt und sein Sohn, der ja eigentlich eine Tochter sein sollte, war gerade vor 8 Wochen geboren. Mir ging so viel durch den Kopf... Ich habe ihn durch meine MS Geschichte und die Geschichte mit meinem Mann die letzte Zeit nicht mehr gesehen. Ich war so sehr mit meinen eigenen Themen beschäftigt.... Ich dachte, wir hätten doch noch so viel Zeit...

Für mich brach die nächste Welt zusammen....

Darum wirklich meine Bitte an Dich: Nimm Dir immer die Zeit für die wichtigen Menschen in Deinem Leben und sage ihnen, wie wichtig sie Dir sind. Denn es kann tatsächlich schneller vorbei sein, als Du es Dir vorstellen kannst.

Ich schlitterte von einem Drama zum nächsten. 2009 war mein persönliches Horrorjahr. Viel mehr Schlimmes konnte jetzt eigentlich nicht mehr passieren.

Die Beerdigung von meinem Bruder war unglaublich schmerzhaft. Keiner Verstand, warum das passiert ist. Und doch war eines interessant: Die Mutter von der Freundin meines Bruders kümmerte sich mit um die Bestattung und fragte mich, ob ich wisse wie mein Bruder gerne beerdigt werden wollte. Eigentlich hätte sie es eher wissen können als ich, da sie mehr Zeit in den letzten Jahren mit ihm verbracht hat als ich. Und dennoch kannte ich die Antwort. Wir hatten uns bei unserem Treffen über dieses Thema unterhalten. Wieso und warum weiß ich heute nicht mehr. Aber als sie mir diese Frage stellte, erinnerte ich mich sofort wieder an die Aussage von meinem Bruder. Er sagte: „Wenn ich mal sterbe, will ich in einem Sarg begraben werden. Ich will, dass die Würmer und so weiter noch etwas zum rumknabbern haben.“

Vielleicht war seine Kontaktaufnahme zu mir noch mal eine Art des Abschiednehmens und er wusste, dass er nicht mehr lange leben (wollte) würde.



Es war und ist immer noch traurig. Ich hätte gern mehr Zeit mit ihm gemeinsam verbracht. Das gemeinsam erlittene Leid verband uns sehr stark und ich wollte ihn doch so gerne noch mehr kennenlernen. Wissen, wie er jetzt ist. Als junger Mann. Leider sind wir dazu nicht mehr gekommen....

Zu dieser Zeit spielen die Radiosender das Lied von Unheilig hoch und runter:
Geboren um zum Leben.

"Es fällt mir schwer
Ohne dich zu leben,
Jeden Tag zu jeder Zeit
Einfach alles zu geben.
Ich denk so oft
Zurück an das was war,
An jedem so geliebten
Vergangenen Tag.

Ich stell mir vor
Dass du zu mir stehst
Und jeden meiner Wege
An meiner Seite gehst.

Ich denke an so vieles
Seit dem du nicht mehr bist,
Denn du hast mir gezeigt
Wie wertvoll das Leben ist.

Wir war'n geboren um zu leben
Mit den Wundern jeder Zeit,
Sich niemals zu vergessen
Bis in aller Ewigkeit.

Wir war'n geboren um zu leben
Für den einen Augenblick,
Bei dem jeder von uns spürte
Wie wertvoll Leben ist.



Es tut noch weh
Wieder neuen Platz zu schaffen,
Mit gutem Gefühl
Etwas Neues zuzulassen.
In diesem Augenblick
Bist du mir wieder nah,
Wie an jedem so geliebten
Vergangenen Tag.

Es ist mein Wunsch
Wieder Träume zu erlauben,
Ohne Reue nach vorn
In eine Zukunft zu schau'n.

Ich sehe einen Sinn
Seitdem du nicht mehr bist,
Denn du hast mir gezeigt
Wie wertvoll mein Leben ist.

[Refrain] "

Ja, der Tod meines Bruders hat mir bewusst gemacht, dass man das - das ICH das Leben genießen sollte und für ihn ein bisschen mit leben.

„Ich stell mir vor
Dass du zu mir stehst
Und jeden meiner Wege
An meiner Seite gehst.“

Ich werde anscheinend immer zum richtigen Zeitpunkt auf die Lieder aufmerksam gemacht, die mir zeigen, was in meinen Leben gerade wichtig ist. Ich vermute, dass Du das auch schon erlebt hast.



Der Orthopäde

Seit der Beerdigung von meinem Bruder sind nun drei Monate vergangen. Erholt habe ich mich von dem letzten Jahr noch lange nicht. Die Geschichte mit meinem Mann, die MS und mein Bruder... Da kam alles zusammen. Alles mit einem Mal zusammengebrochen!

Es kann nur noch bergauf gehen. David und ich versuchen weiterhin unsere Beziehung wieder in Ordnung zu bringen. Aber ich habe gerade ganz andere Dinge im Kopf.

Wie Andreas Burani singt: „Komm nicht auf Scherben zum Stehen.“ Das Lied gab es zu dem Zeitpunkt noch nicht, aber das passt einfach gut. Wenn alles zusammengebrochen ist, kannst Du komplett neu beginnen. Dein Leben komplett wieder sortieren und neu aufbauen.

Ich fasse mir ein Herz und rufe Dr. L. an. Den Orthopäden, den mir Sarah empfohlen hat. Die Arzthelferin geht ran: Orthopädische Privat Praxis Dr. L.. „Ja, mein Name ist Lisa Engels. Ich habe Multiple Sklerose und hätte gern einen Termin.“ Das war mir ganz schön komisch.... Die Arzthelferin sagte nur: Ich kann Ihnen dann und dann einen Termin anbieten um die und die Uhrzeit. Ja, nix. Kein: Dafür sind wir aber nicht zuständig, gehen Sie doch zum Neurologen. Sie erklärte mit nur, dass der 1. Termin 500 Euro kosten würde. Ganz schön happig für meine damaligen Verhältnisse. Aber zum Glück kannte ich mich schon vorher mit unserem Gesundheitssystem aus und habe immer dafür gesorgt, dass ich nur noch Arbeitsstellen angenommen habe, bei denen ich privatversichert bleiben konnte. Denn das Kassenärztliche System hier in Deutschland wird leider immer patientenfreundlicher.

Mehr Informationen über unser Gesundheitssystem kannst Du in dem Kapitel: „Gesetzliche Grundlagen der GKV und was du wissen solltest“ lesen.

Somit brauchte ich keine 500,00 Euro bezahlen, sondern nur etwas dazu. Das Etwas waren aber auch 100,00 Euro.

Ich hatte nun meinen ersten Termin in der Praxis von Dr. L. Ich fuhr etwa 45 Minuten mit dem Auto. Komischerweise war die Praxis ganz in der Nähe, wo meine Mutter und mein Bruder gewohnt hatten. Das machte mir ein schweres und auch trauriges Gefühl in der Magengegend.



Die Praxis war schön, leer und die Arzthelferinnen sehr nett. Ich wartete trotzdem knapp 40 Minuten. Dann ging es endlich los. Ich wartete noch ein paar Minuten in einem der Behandlungsräume und dann kam Dr. L.. Er wirkte sehr sympathisch und hatte auch keinen weißen Kittel an, sondern nur eine Jeans und ein kurzärmeliges gestreiftes Polohemd. Ich erzählte ihm von meiner Freundin Sarah und kurz meine MS Geschichte. Er untersuchte mich und machte ein paar spannende Tests. Zum Beispiel sollte ich eines meiner Beine im rechten Winkel anheben. Er drückte dagegen und ich sollte halten. Das funktionierte aber nicht. Dann meinte er, ich solle meine Hände auf meinen Unterbauch legen und dann versuchte es er wieder. Nun konnte ich seinem Druck auf mein Bein standhalten. So machten wir ein paar Tests. Hier mal drücken und hier mal die Hände rauf halten und dann wieder. Ich dachte, der Doktor will mich veräppeln. Er hat bestimmt weniger gedrückt, wenn ich meine Hände irgendwo rauf hielt.

Zuhause schnappte ich mir sofort David und wiederholte das. Und es funktionierte. Heute weiß ich auch, warum. Wenn wir irgendwo Schmerzen haben, dann legen wir automatisch unsere Hände darauf, richtig? Und das tun wir nicht einfach so. Sondern weil wir unserem Verstand in dem Moment sagen: Guck mal hier. Richte Deine Aufmerksamkeit bitte mal hier rauf und bringe das ins Gleichgewicht. Wenn wir aber zu viele Baustellen in unserem Körper haben, kann das nicht mehr alles ausgeglichen werden. Sondern unser Körper kümmert sich um die wichtigsten Funktionen.

Dr. L. machte auch noch ein paar Tests wegen Unverträglichkeiten und meinte dann, ich solle nun ein bis zweimal die Woche zur Biomodulation kommen um diese wieder ins Gleichgewicht zu bringen.

Wie er die Tests machte war für mich seeehr merkwürdig. Er hatte eine Art Pendel. Einen Tensor - wie ich heute weiß. OK..... Ich dachte mir nur, na wenn Dich das glücklich macht.... Von ein paar Dingen, die er dann austestete und aufzählte, wusste ich, dass ich sie tatsächlich nicht vertrug. Naja, wenn dieses Tensor-Ding die wusste, konnte es mit den anderen vielleicht auch recht haben.

Ich wusste zwar nicht was eine Biomodulation ist und wie das funktionieren sollte, aber er würde schon wissen, was er tut. Die erste Biomodulation machte ich gleich im Anschluss. Ich bekam eine Holzkiste mit irgendwelchen Fläschchen in der Mitte hingestellt, wo rechts und links eine Art Kabel raus kam, an denen jeweils eine große goldfarbende Kugel hing, die ich dann in die Hände gedrückt bekam. Ich sollte jeweils eine Kugel in der Hand halten. 20 Minuten lang. Gut - keine Nadeln. Das tat nicht weh. Von mir aus. Apropos Nadeln: Blut haben sie natürlich auch versucht abzunehmen.



Ohne Erfolg. Die Arzthelferin hat dann nur ein bisschen Blut aus dem Ohr gequetscht. Hat offensichtlich auch für den Zweck ausgereicht :).

Er testete mit seinem Tensor Ding noch ein Heilmittel aus und verschrieb mir noch ein Rezept für irgendwelche Tropfen. Er gab mir auch etwas mit, wo drauf stand, wo ich diese her bekam. O.k., darum würde ich mich dann später kümmern.

Als wir mit den Untersuchungen fertig waren, stellte er mir plötzlich die Frage: Haben Sie Geschwister? Mir liefen schlagartig die Tränen. Schluchzend und stotternd erzählte ich ihm von meinem Bruder und seinem Tod. Ich war total verwirrt. Warum stellte er mir ausgerechnet diese Frage? Er fragte nicht nach meinen Eltern oder der gesundheitlichen Vorgeschichte. Nein. Er fragte nur, ob ich Geschwister hätte. Ausgerechnet diese Frage. Am nächsten Tag rief ich sofort Sarah an. Sie wollte ja auch wissen, wie der Termin war. Ich erzählte ihr alles. Auch von den Untersuchungen und das ich das mit David ausgetestet habe und von der Biomodulation. Sie lachte, das kannte sie natürlich alles. Ich fragte sie auch sofort, ob er sie auch nach Geschwistern gefragt hätte. Das verneinte sie. Auch nicht nach ihren Eltern? Nein, auch das nicht. Ich fand das alles merkwürdig. Sie meinte nur, naja, das ist halt Dr. L..

Ich fragte sie auch, ob sie ihm vielleicht etwas davon erzählt hat. Das verneinte sie. Sie hätte schließlich mit ihren Sachen genug zu tun und das würde ja auch keinen Sinn ergeben und er kannte mich bis dahin doch auch gar nicht.

Ja, das stimmte. Warum sollte sie ihm ausgerechnet das erzählen. Das macht wirklich keinen Sinn. Sie freute sich, dass ich dort war. Vielleicht könnte man sich dort ja auch mal treffen. Zur Biomodulation oder so.



Das erste „komische Medikament“

Zuhause angekommen suche ich im Internet nach den Tropfen, die mir Dr. L. aufgeschrieben hat und bestelle sie auch gleich. Ein paar Tage später sind sie da. Ich lese mir die Beschreibung durch, für was sie helfen sollen. Ich werde wütend.

"Die Mittel helfen, die versteckten seelischen Konflikte sichtbar zu machen und damit aufzulösen. Sie lassen sich problemlos mit anderen Therapieverfahren kombinieren oder können als Einzelmittel eingenommen werden. Durch diese "Psychotherapie mit Tropfen" kann die Energie des Patienten schneller wiederhergestellt werden."

Die Tropfen, die ich in der Hand halte, passen überhaupt nicht zu mir! Ich habe zu diesen Themen schon so viel an mir gearbeitet! Was soll denn das. Ich könnte platzen. Ich erzähle Sarah davon. Sie sagt, sag doch Dr. L. Bescheid. Oh, das werde ich! Ich nehme die Tropfen trotzdem artig dreimal am Tag. Mit jedem Mal werde ich wütender. Wie kann er nur! Mir so einen Scheiß zu verschreiben. Ein paar Tage später habe ich ja wieder meinen Termin für die Biomodulation.

Ich sitze auf der Behandlungsliege. Er fragt jedes Mal vor der Biomodulation, wie es mir geht. So auch diesmal. Ich bin fuchsteufelswild. Ich frage ihn, warum er mir ausgerechnet diese Tropfen verschrieben hat. Warum er mir ausgerechnet diese Tropfen ausgesucht hat und das ich total wütend bin und das von Tag zu Tag mehr. Er lächelt mich liebevoll an und sagt: Nicht ich habe diese Tropfen ausgesucht.... Öhm ja, ist klar. Das war dieses Tensor Ding. Ich werde noch wütender! Ich wiederhole, dass ich das total unangemessen finde und das das überhaupt nicht zu mir passt, ich habe doch schließlich schon so viel an mir gearbeitet und aufgearbeitet und das ich immer wütender werde. Er lächelt mich wieder liebevoll an und meint: „Na dann zeigt es doch Wirkung.“

Argghhh. Wenn ich könnte würde ich wie ein HB- Männchen an die Decke zischen. Geht aber leider nicht.

Ich gebe mich geschlagen und mache die Biomodulation 20 Minuten. Danach habe ich mich wieder ein bisschen abgeregt.



Die Erkenntnis kommt oft erst später ;o)

Ja, heute weiß ich was passiert ist. Vielleicht kennst Du das auch, wenn Dich jemand auf die Wahrheit aufmerksam macht, die du eigentlich – vor anderen und auch Dir selbst - verheimlichen willst. Dann werden wir wütend. Das ist, als ob jemand den Finger ganz tief in Deine versteckte Wunde steckt.

Zum Beispiel: Du isst jede Nacht heimlich Torte, erzählst aber allen anderen, dass du gerade am abnehmen bist und total auf Deine Ernährung achtest. In Gegenwart von anderen isst du auch nur Salat. Aber irgendwie fällt es schon langsam auf, dass immer Torte aus dem Kühlschrank fehlt. Du sagst, du hast keine Ahnung. Aber du fühlst Dich jetzt schon erwischt. Du kannst aber nicht anders, als nach den ganzen Salaten tagsüber, jede Nacht weiter zu der Torte zu greifen. Eines Tages spricht Dich jemand direkt an. Diese Person hat gestern Abend noch alle Tortenstücke gezählt. Und heute früh fehlt schon wieder etwas. Die Person fragt Dich, ob du das warst, denn es könnte ja eigentlich niemand anderes gewesen sein. Was tust du? Du sagst natürlich nicht, dass du das warst. Denn das wäre Dir mega peinlich, da du doch jedem erzählt hast, dass du abnehmen willst. Stattdessen fährst du die andere Person an, was ihr einfällt, Dich zu beschuldigen. Schließlich ist doch nicht umsonst den ganzen Tag Salat und gesunde Sachen.....

Immer, wenn wir auf etwas besonders heftig oder ablehnend reagieren, dürfen wir uns die Frage stellen: Was hat das mit mir zu tun? Denn wenn es mit Dir absolut nicht zu tun hätte, würdest du darauf nicht so reagieren (müssen).

Auf jeden Fall nahm ich artig meine Tropfen weiter bis zum Schluss und der Widerstand legte sich mit der Zeit.



Es geht weiter

Ich machte die Biomodulationen bis zum Ende. Zudem knackte Dr. L. mich bei jedem Besuch mit ein paar chiropraktischen Handgriffen immer wieder ein. Das tat sooo gut :o) Ich hatte noch ein paar weitere Baustellen. Unter anderem diagnostizierte er eine Insulinresistenz bei mir. Die Insulinresistenz ist die Vorstufe der Diabetes. Das war gar nicht so gut. Er erklärte mir, dass unser Gehirn Zucker braucht, dort jedoch der Zucker ankommt, den unser Gehirn nicht verarbeiten kann. Z. B. weißer Haushaltszucker, Milkschokolade, Kekse usw. Dann fordert der Körper wieder Zucker und dann kommt wieder der falsche Zucker an usw. Durch das Ankommen des „falschen“ Zuckers, also dem Zucker, den unser Gehirn nicht verarbeiten kann, entstehen Abfallstoffe, die dem Körper dann schaden würden. Ich sollte ein halbes Jahr eine kohlenhydratarme Ernährung machen und zusätzlich den Zucker einnehmen, den mein Gehirn wirklich braucht und verwerten kann. Das kostete mich im Monat zwischen 450 und 600 Euro und meine Krankenversicherung zahlte das nicht. Aber bevor ich Diabetes bekam, nahm ich das natürlich. Dadurch dass es auch schön süß war, fiel mir die Ernährungsumstellung auch leicht. Ich durfte nur morgens Kohlenhydrate zu mir nehmen, ein bisschen noch mittags und abends überhaupt keine mehr. Die ganzen 6 Monate über keine Kartoffeln, kein Reis und keine Nudeln.

Da ich nun damit begann, die Verpackungen von allen Lebensmitteln, die ich einkaufte umzudrehen, fiel mir auf, dass fast überall Zucker enthalten ist. Nicht nur in Form von Kohlenhydraten sondern auch tatsächlich Zucker als Zutat. Z. B. in Salami (damals aß ich noch Fleisch und Wurst etc.), Senf, Brot, Fertiggerichte sowieso und in noch vielen anderen „Lebensmitteln“. Die Zutatenliste las sich teilweise ganz schön schaurig. Vor allem, was ist das? Was haben diese ganzen Begriffe zu bedeuten? Neben dem, von dem man ausgeht, dass es enthalten ist, sind noch so viele andere Dinge enthalten, die man nicht mal aussprechen kann. Ob das gesund sein kann? Wenn man nicht mal weiß, wie man das ausspricht und was das überhaupt ist? Ich glaube nicht. Ich habe für mich heute festgestellt, dass viele „Lebensmittel“ den Begriff überhaupt nicht mehr verdienen. Eine „Apfelschorle“ die nur aus Wasser, Zucker und 9 E`s besteht, kann nicht gesund sein und hat mit Äpfeln überhaupt nichts mehr zu tun.



Ich glaube, dass es sinnvoll ist, sich ein bisschen mit dem Thema Ernährung zu beschäftigen. Denn wenn das Immunsystem schon angeknautscht ist, tut man sich keinen Gefallen damit, wenn man dann noch Chemiecocktails oben drauf tut. Lebensmittel sollten Mittel zum Leben sein. Und nicht, um früher den Löffel abzugeben. Meine Meinung. Was natürlich nicht heißen soll, dass man nun alles entbehren sollte. Natürlich sind die Torte, die Pommes und die Pizza mal lecker. Aber auch hier kann ich einfach auf die Qualität meiner Nahrung achten. Das muss man nicht mit Weizenmehl machen und die Pommes vielleicht auch einfach mal selber machen oder darauf achten, dass es sich um richtige Kartoffeln handelt und nicht um irgendwelches zusammengemanshtes Zeug.

Vielleicht hast Du das ja auch schon mal erlebt, dass Du etwas gegessen hast und hinterher warst Du total müde oder vielleicht auch matschig im Kopf? Das ist dann ein Anzeichen dafür, dass es kein gutes Essen für Dich war.



Die Folie

Ja, meine Reise mit Dr. L. ging dann natürlich noch weiter.

Er schlug mir vor, dass ich mir eine Folie machen lassen könne um mein Energiesystem wieder ein bisschen ins Gleichgewicht zu bringen. Naja, nach der Fremgehaktion von meinem Mann, den Tod meines Bruders und den Job den ich nicht mochte, vielleicht gar nicht so eine schlechte Idee. Den ganzen anderen Kram hatte ich nun auch schon gemacht. Wenn's hilft- warum nicht. Eine Folie tut ja nicht weh. Hauptsache keine Nadeln ;o)

Es handelte sich um eine Farbfolie, wie ich später erfuhr. Und ich erlebte eine interessante Sache mit dieser Folie. Also eigentlich folgten noch viele andere, aber das war die erste.

Ich hatte wieder einen Termin bei Dr. L. Die Folie hatte ich nun schon seit ein paar Wochen.

Er fragte wie immer, wie es mir geht. Ich zählte alle Wehwehchen auf, die ich so hatte. Unter anderem auch, dass ich Probleme mit meiner Blase hatte. Ich musste schlagartig von jetzt auf gleich gaaaanz dringend auf die Toilette. Sofort. Es war aber keine Blasenentzündung. Das war ganz schön blöd.... Dr. L. fragte mich, ob ich denn meine Folie schon beschnitten hätte? Was.....?

Da es sich um eine Farbfolie handelte, musste man die Seiten immer mal beschneiden, da die einzelnen Farben wie als Strichcode vom Körper gelesen werden konnten. Das wusste ich damals aber nicht. Er fragte mich also, ob ich meine Folie schon habe schneiden lassen. Ich antwortete mit nein. Er meinte, na dann gehen Sie mal nach vorn und lassen sie beschneiden. Achsooooooo. Jaaa, ok. Mach ich, sagte ich. Denken tat ich aber: „Ja Dokterchen, wenn es Dich glücklich macht“. Ich bin also nach vorne zu den Arzthelferinnen und ließ diese Folie beschneiden und fuhr nach Hause.

Erst ein paar Tage später fiel mir auf, dass das mit dem „plötzlich ganz dringend auf die Toilette müssen“ vorbei war. Da hatte der Doktor dann wohl doch recht gehabt. Ganz schön verrückt, was nur mit solch einer Folie möglich ist... Ein bisschen merkwürdig fand ich das schon.

Das sollte es gewesen sein? Ist das wirklich so einfach?



Ein bisschen Schulmedizin

Zum jetzigen Zeitpunkt nehme ich noch einmal im Monat die Immunglobuline. Ich merkte jedoch nach etwa drei Wochen immer, wie der „Stoff“ langsam aus meinem Körper ging. Die Arzthelferin bei meiner Neurologin bestätigte mir, dass es vielen Patienten so ging. Ich fühlte mich wie ein Junkie und beschloss, dass das irgendwann vorbei sein würde. Abgesehen, von der ganzen Nadelgeschichte. Ich sprach auch mit meiner Neurologin über die Tabletten, die es dann ja schon langsam gab - und die ich mir ja immer gewünscht hatte. Aber dadurch, dass man ständig zur Blutuntersuchung musste, eben weil sie neu waren, wäre das auch nicht besser gewesen. Abgesehen davon hatte ich keine Lust als Versuchskaninchen für die Pharmaindustrie zu fungieren. Also beschloss ich, bei den Immunglobulinen zu bleiben. Denn die vertrug ich gut und mir ging es gut. Dadurch, dass dieses Medikament das Immunsystem stärkt, war ich immer fit. Nie erkältet. Das war super. Gut, nun muss man ehrlicherweise auch dazu sagen, dass ich ja nun auch schon eine Weile in der Behandlung von Dr. L. war und wir dort ja auch schon viel für meine Gesundheit getan hatten. Und ich wusste eh, dass ich die Immunglobuline nicht ewig nehmen würde.

Habe ich eigentlich schon erzählt, dass ich zwischenzeitlich eine neue Neurologin hatte? Nein, oder? Und zwar war das ganz schön verrückt. Warum, erzähle ich gleich.

Ich traf mich mit einem Bekannten, der ebenfalls die Diagnose Multiple Sklerose bekommen hatte, und erzählte ihm von meiner Frau Professor Dr. Trallala und dem grusligen, hässlichen Krankenhaus, in dem wir alle in einem Raum wie die Junkies an den Infusionsständern hingen. Auch davon, dass wir dort die Zugänge mit den langen Nadeln bekamen - in den Arm oder in den Handrücken. Daraufhin erzählte er mir, dass er bei einer Neurologin in einer Praxis am Ku´damm sei. Diese sei auch total nett und dort wären maximal drei Patienten gleichzeitig zur Infusion.

Das hörte sich also alles total gut an. Ich rief dort an und vereinbarte einen Termin. Mir kam das Haus, in dem die Neurologin ihre Praxis hatte, bekannt vor. Ich hatte das Gefühl, dass ich hier schon einmal gewesen war. Ich schaute auf die Klingelschilder und dann erinnerte ich mich. Eine Etage über der Praxis von der Neurologin hatte der



Orthopäde, bei dem ich wegen dem Schwindel nach dem Sturz beim Inlinern gewesen war, seine Räume.

Ich fing an zu grinsen dachte mir in diesem Moment:

„Hier hat es begonnen und hier wird es auch aufhören.“

Und ich sollte so recht behalten :o)



Die neue Neurologin

Die Praxis von der Neurologin war sehr freundlich eingerichtet und auch die Arzthelferinnen waren sehr sympathisch.

Ich erzählte der Neurologin, dass ich eigentlich nur jemanden bräuchte, der mir das Medikament intravenös verabreicht.

Natürlich erzählte ich ihr auch von den Untersuchungen, die ich bereits gemacht hatte und wo und bei wem ich vorher gewesen war. Ich hatte alle Unterlagen bei.

Wir waren uns sympathisch und von diesem Zeitpunkt an ging ich nun dort einmal im Monat hin. Dort legten die Arzthelferinnen auch keine richtigen Zugänge, wie in dem Krankenhaus, sondern nur einen kleinen Zugang mit einem Butterfly. Das war auf jeden Fall schon viel angenehmer, weil die Nadel kürzer war und nicht so lange „rum gepopelt“ werden musste, bis alles sitzt. Aber die Arzthelferinnen hatten es leider nicht immer leicht mit mir und meinen Venen.

Der „Nachteil“ an den Butterflyzugängen war allerdings, dass ich nicht mehr während der Infusion auf die Toilette konnte, außer durch nochmal piksen.

Ich hatte eh immer das Gefühl, dass ich die Infusion auch gleich in die Toilette hätte kippen können, so oft wie ich während der Infusion dorthin musste.

Da zweimal piksen nicht ging, haben wir meine Medikation einfach um die Hälfte reduziert.

Schon mal der erste Schritt :o) Ach nein, das war sogar schon der zweite :o)

Der Erste Schritt war im Krankenhaus bei Frau Prof. Dr. Trallala. Dort wurde nach der Infusion der Schlauch mit einer Kochsalzlösung nachgespült, damit das Medikament, was noch am Ende der Infusion im Schlauch war, in den Körper kam.

Eines Tages wollte der Pfleger dort eine Glukoselösung statt der Kochsalzlösung nehmen. Ich fragte ihn, warum Glukose und nicht mehr die Kochsalzlösung.

Seine Antwort: Das hat der Hersteller so empfohlen. Bei mir läutete meine innere Glocke so laut, das hätte sogar der Pfleger hören müssen.

Also erstens, hatte ich zu dem Zeitpunkt meine kohlenhydratarme

Ernährungsumstellung, bei der ich auf fast jeden Zucker verzichtete und nun sollte der



Zucker intravenös kommen? Zweitens: Das hat der Hersteller so empfohlen. Da machte es noch mehr: Drrrrrrrrriiiiing. Ich wusste schon damals, dass die Pharmafirmen es mit den Patienten nicht allzu gut meinen. Ich lehnte ab. Dann eben nix. Dann blieb der Rest des teuren Medikaments eben im Schlauch und somit im Mülleimer. Das war mir auch egal.

Das war dann die erste Medikamentenreduzierung :o)

Man darf übrigens Sachen sagen. Man darf Sachen ablehnen. Natürlich immer freundlich. Man muss ja nicht rumpöbeln. Du darfst jederzeit freundlich und bestimmt sagen, was Du willst und was Du nicht willst. Das ist Dein gutes Recht. Höre auf Dein Gefühl – immer.

Ja und der zweite Schritt in Richtung Gesundheit war nun die weitere Reduzierung der Menge meines Medikamentes ☺



Mein letzter InfusionsTag

Heute ist Mittwoch und ich habe wieder meinen Infusionstag.

Wie immer bin ich total nervös, habe Herzrasen und mein Kreislauf spielt verrückt. Ich bekomme mich mit nichts beruhigt. Ich trinke vorher immer ordentlich Wasser, damit die Venen sich ein bisschen weiten. Was natürlich den Nachteil hat, dass ich während der Infusion meist auf die Toilette muss. Im Krankenhaus war das kein Problem, da bekam ich immer einen Zugang gelegt, so dass ich mit dem Infusionsständer losziehen konnte. Hier bei meiner neuer tollen Neurologin, bekomme ich nur das Butterfly. Für mich ist das schöner, da die Nadel kürzer ist. Dafür muss ich die ganze Zeit über ruhig liegen – und kann nicht aufstehen.

Den Zugang legt bei mir nur noch eine bestimmte Schwester, weil das mit mir und meinen tiefliegenden Venen eine echte Herausforderung ist. Was die teilweise nicht schon alles versucht haben: Klopfen, Fönen, irgendwelches Zeug raufschmieren. Und ich ja auch: Vorher die Treppenhäuser hoch und runter laufen, hüpfen, springen, Wasser und Kaffee trinken usw.

So war es auch heute wieder eine Herausforderung - für uns alle. Ich weiß nicht, was die Schwestern vorher manchmal dachten. Oh je, heute kommt Frau Engels wieder ;) Auf jeden Fall war alles überstanden. Das Butterfly lag und die Infusion lief durch. Ich lag ganz ruhig und nickte ein bisschen ein. Das Schlimmste war ja überstanden ;)

Mit einem Mal merkte ich, wie mein Arm an der Stelle, dort wo die Infusion rein lief, weh tat. Ich fühlte mit der anderen Hand hin und merkte, dass der Arm dick war. Ich schaute zum Schlauch, wo die Infusion durch lief und sah, dass sich dort nichts mehr bewegte. Ich rief die Arzthelferin. Sie überprüfte alles und stellte fest, dass meine Vene zu war. Sie wunderte sich und meinte: Die Nadel saß doch so gut. Sie fragte: „Haben Sie sich bewegt?“ Ich verneinte und sagte ihr, dass kurz eingenickt war.

Sie verstand das nicht. Sie fummelte noch ein bisschen an dem Schlauch herum aber es tat sich nichts.

Ich schmunzelte innerlich. In mir breitete sich ein Gefühl von Wärme und Sicherheit in meinem Körper aus. Denn ich wusste: Jetzt ist es soweit. Hier begann es und hier hört es nun auch auf. Das war mein letzter Infusionstag :D :D :D Ich wusste es einfach :D Und so war es dann auch.



Die Schwester fragte: „Einen neuen Zugang wollen Sie bestimmt nicht?“ Nein, einen neuen Zugang wollte ich bestimmt nicht :D

Als ich die Praxis verließ, vereinbarte ich diesmal keinen neuen Infusionstermin, sondern sagte, dass ich mich melden würde.

Ich verließ die Praxis so beschwingt, glücklich und voller Lebensfreude. Es war mir egal, was die Leute wohl denken würden, wenn ich wie ein Honigkuchenpferd grinsend über den Ku`Damm lief.

Es war für mich so klar. Mein Körper hat gesprochen. Die Vene war mit einem Mal dicht. Genug. Es war genug. Ich durfte auf meine innere Stimme und mein Gefühl vertrauen.

Einige Zeit später meldete ich mich dort und vereinbarte einen Termin mit meiner Neurologin – aber nur um ihr zu berichten, dass ich keine Medikamente mehr nehmen wolle. Sollte etwas sein, würde ich natürlich wieder kommen. Sie bat mich nur, mich dann wirklich zu melden. Und dass man ja eh nicht genau wisse, in wie weit die Medikamente tatsächlich helfen. Ach was ;o)

Seit dem habe ich nie wieder irgendwelche Medikamente gegen (oder für) MS genommen, keine Kortisonstoßtherapie und auch kein MRT – weder mit noch ohne Kontrastmittel.

Einige Zeit war ich in dem: Nie-wieder-solche-Medikamente-Modus. Bis ich verstand, dass die totale Ablehnung auch nicht hilfreich ist. Denn je mehr ich etwas ablehne, mich dagegen wehre, umso wahrscheinlicher ist es, dass ich genau dort hin komme.

Also sagte ich mir fortan: Ich will es ohne die Medikamente versuchen. Aber sollte mir nichts mehr einfallen und sollte es mir immer schlechter gehen, dann betrachte ich die Medikamente als eine vorübergehende Lösung.

Kein: Du wärst dann der totale Loser. Oder dann hast Du versagt. Es war nur eine Option unter vielen. Damit konnte ich gut leben.



Die Sprache unseres Körpers

Ein Bekannter von mir, der auch die Diagnose MS hat, geht einer beruflichen Tätigkeit nach, die er nicht besonders mag. Das führt dazu, dass er schon einfach mal auf der Arbeit umgekippt ist, oder dass er immer wieder gesundheitliche Schwierigkeiten hat. Manchmal hab ich das Gefühl, je mehr, desto besser.

Er will eigentlich diesen Job nicht machen. Und sein Körper sagt das ebenfalls ganz klar. Natürlich könnte er auch eine andere Entscheidung bezüglich seiner Arbeit treffen, nämlich, dass er sich auf die Sachen fokussiert, die ihm Freude machen. Oder wenn das überhaupt nicht möglich nicht, dann den Mut aufbringen und sich beruflich umorientieren.

„Das geht mir auf die Nerven“, darf man bei MS sehr wörtlich nehmen :o)
Gibt es etwas, das mich nervt, mir den Nerv raubt oder mir sogar den letzten Nerv kostet, so kann man davon ausgehen, dass der Körper das sehr persönlich nimmt und es mit einem Schub zeigt.

Unser Körper zeigt uns immer, wie es wirklich um uns steht. Wir selbst neigen ja manchmal dazu, uns selbst in die Tasche zu lügen. Wir sind nicht ehrlich zu uns selbst. Verbiegen und verdrehen uns. Um es Anderen recht zu machen, um es vermeidlich leichter zu haben. Wir tun Dinge, die wir eigentlich nicht wollen. Haben hohe Ansprüche an uns selbst und gehen streng mit uns um, wenn wir Dinge nicht so gut gemacht haben, wie wir es eigentlich wollten.

Wir leben in Partnerschaften, die uns schon lange nicht mehr gut tut, weil wir glauben, dass wir den anderen brauchen oder besuchen die Schwiegermutter mit grummeln im Magen, weil wir glauben, wir müssten das tun.

Unser Körper hört jeden Gedanken (der hat nämlich Ohren ;o), den wir über uns oder andere Denken. Spürt jede Emotion und jedes Unwohlsein. So ist es nur eine Frage der Zeit, bis er reagiert. Wie auch immer.

Jedes Mal, wenn wir uns selbst verraten, schaden wir uns selbst.



Unser Körper will uns nie etwas Böses oder hat gar Langeweile. Er reagiert nur auf unsere Gedanken, Gefühle und Handlungen. Und wenn sich die nicht gut anfühlen, kann es schon mal eine Reaktion geben.

So war das damals mit dem Cortison bei mir. Mein Körper wollte das Zeug nicht. Das hat er mir sehr klar gemacht. Die Reaktion war so heftig, dass ich überhaupt kein Verlangen mehr nach einer Wiederholung hatte.

Als ich dann irgendwann beschloss, dass ich das Medikament nicht ewig nehmen werde, klappte es immer weniger mit den Zugängen legen bis meine Vene eines Tages, mitten während der Infusion, einfach dicht machte. Der Zugang war gut und es ist auch eine entsprechende Menge bereits geflossen, so dass ersichtlich war, dass der Zugang OK war.

Dein Körper ist Dein Freund – nicht Dein Feind.
Verbünde Dich mit ihm.



Die Symptome der Multiple Sklerose

Da ich davon überzeugt bin, dass jede „Krankheit“ ihren Grund hat, haben für mich auch die einzelnen Symptome - gerade bei MS - einen wichtigen Grund, wo wir hinschauen dürfen.

Auf einige der vielleicht typischsten Symptome möchte ich gerne auf den folgenden Seiten eingehen. Ich werde nicht zu allen etwas schreiben. Sollte Dein Symptom nicht dabei sein, dann google einfach mal ein bisschen, dann wirst Du mit Sicherheit Deine Antwort erhalten.



Symptom Empfindungsstörungen

Ja, Missempfindungen.... Wie ist das?

Wir fühlen, spüren Dinge und Berührungen nicht mehr richtig oder vielleicht auch gar nicht (mehr).

Kann es sein, dass uns unser Körper damit etwas sagen will? Und wenn ja, was? Vielleicht, dass wir Emotionen und Gefühle, die in uns sind, nicht fühlen können oder wollen? Das wir selbst schon abgestumpft sind? Weil wir oft Dinge tun, die wir eigentlich gar nicht wollen? Wir aber niemanden enttäuschen wollen? Weil wir glauben, es allen recht machen zu müssen? Weil wir doch so nett, freundlich, hilfsbereit und zuvor kommend sind?

Warum sagen wir nicht einfach: Heute? Keine Lust!

Treffen mit dem: Nö, ist mir anstrengend!

Der Job: Nö, ich will da nicht mehr hin!

Einkaufen? Nö, heute brauche ich mal Zeit für mich!

Wir glauben, WIR MÜSSEN und versuchen unsere Emotionen zu töten. Denn es ist anstrengend, Dinge zu tun, ohne dass wir es wirklich wollen. Also versuchen wir die Gefühle, die wir dabei haben, einfach zu töten.

Leider funktioniert das nicht. Wir können Gefühle „nicht wegmachen“. Gefühle wollen ge - fühlt werden. Gefühle sind Energie und sitzen in jeder Zelle unseres Körpers.

Wenn wir nun Missempfindungen haben, sagt uns unser Körper: Du fühlst etwas nicht (mehr). Und nicht nur über die Haut, sondern vielmehr in Deinem inneren.

Wo haben wir denn häufig Empfindungsstörungen?

In den Beinen. Also fühl mal rein: Ist der Weg, den ich gerade gehe, der richtige? Habe ich das Gefühl, nicht weiter zu kommen? Sollte ich weiter gehen, habe aber das Gefühl, dass ich nicht kann? Oder sollte ich vielleicht mal aufhören überall hinzurennen, wo ich vermeintlich gebraucht werde?

Du darfst für das, was Du wirklich willst eintreten. Du bist es wert. Du MUSST gar nichts. Du darfst Dich trauen, nein zu sagen – liebevoll. Nicht wie ein bockiges Kind ;o)



Du musst nicht alles schaffen. Und die MS zwingt Dich auch manchmal dazu, dass Du unter Umständen gar nichts mehr schaffst.

Also frage Dich, was tue ich, obwohl ich es nicht will. Wenn Du auf Dich und Deine Gefühle hörst, wird Dein Körper Dich auch „wieder frei“ lassen.

Wenn Du Dein inneres wieder spürst und wahrnimmst, wirst Du auch Deine äußeres (Deine Haut) wieder spüren können.....



Symptom schlecht Laufen

Aus welcher Richtung kommst Du gelaufen, in welche Richtung läufst Du weiter?

Wie oft rennst Du für andere? Weil Du glaubst, Du musst das tun?

Wie oft läufst Du vielleicht vor irgendetwas davon? Bist Du gerne abgelenkt?

Wenn die Beine Dich nicht mehr tragen wollen, dann soll man offensichtlich nicht mehr hinaus in die Welt. Denn all das Rennen für die anderen bzw. für die Anerkennung durch die anderen ist damit beendet.

Was bleibt als wirkliche Lösung? Sich dem zu stellen, wo man die ganze Zeit nicht hinschauen wollte. In sich zu gehen und sich zu fragen:

Wovor laufe ich eigentlich davon?

Warum renne ich so viel für andere, auch wenn mir das nicht immer gut tut? Vielleicht sogar dann, wenn ich eigentlich ÜBERHAUPT gar keine Lust dazu habe? Warum tue ich mir das an?

Wenn Du weißt, dass Du nicht mehr für andere laufen brauchst. Wenn Dir bewusst wird, dass Du vor nichts davon laufen kannst und es gut für Dich ist, Deinen ganz eigenen Weg zu finden und zu gehen – wie verrückt es sich vielleicht auch anhören mag - dann werden Dich Deine Beine auch wieder in die gewünschte Richtung tragen.

Sei mutig und wage den Schritt.



Symptom Blasenschwäche

Bei einer Blasenschwäche sucht sich der Körper einen anderen Weg, für Deine ungeweinten Tränen.

Blase + Schwäche = sich schwach fühlen. Gefangen in der Situation. Die Blase trägt es für Dich und lässt alles fließen, was eigentlich raus will.

Wo wäre es gut, wenn Du geweint hättest, Du es jedoch nicht konntest, weil Du unter Schock gestanden hast? Oder weil Du vielleicht auch nicht weinen durftest? Oder weil Du glaubtest, stark sein zu müssen? Als Du klein warst, vielleicht?

Es kann sogar sein, dass genau das jetzt ins Gegenteil „gekippt“ ist und Du nun sehr empfindsam bist und bei der „kleinsten Kleinigkeit“ Deine Tränen einfach laufen. Bitte nicht falsch verstehen. Das ist jetzt keine Wertung, sondern nur, dass es jetzt vielleicht so sein könnte. Das ist Ok.

Wenn Du magst frage Dich, in welchen Situationen in Deinem Leben Du am liebsten ungehemmt in Tränen ausgebrochen wärst – aber es ging nicht. Weil Du nicht durftest, weil man das eben nicht macht, weil es sonst noch schlimmer geworden wäre oder ...

Fühle Dich in diese Situation hinein und sage ja zu Deinen Tränen. Erlaube Dir das Gefühl der Traurigkeit. Vielleicht kannst Du Dir auch eine Begleitung dazu nehmen, damit Du aufgefangen werden kannst, falls es zu tief geht.

Wenn Du die alten „gefangenen Emotionen“ frei und zu lässt, dann können Sie gehen und dann muss Deine Blase auch nicht mehr für Dich weinen.



„Symptom“ Perfektionismus

Mein Lieblingsthema :o)

Viele, die an MS erkrankt sind, sind Perfektionisten. Sie wollen immer alles richtig machen. Mir ging es auch immer um das Prinzip. Ich war der Meinung, dass ich immer funktionieren musste. Immer nett. Immer freundlich. Immer liebevoll. Immer verständnisvoll. Immer für alle und jeden da - nur für mich nicht. Fehler machen? Geht GAR NICHT. Ich habe einen Fehler gemacht? Auweia. Ich wäre fast gestorben.

Du darfst menschlich sein. Du brauchst Deine Krankheit nicht, um Dir mal eine Auszeit zu nehmen. Du darfst schlechte Tage haben – auch ohne MS. Du darfst „Nein“ sagen – auch ohne MS. Du darfst keine Lust haben zur Arbeit zu gehen. Du darfst mal einen ganzen Tag im Bett rum schlumpfen – auch ohne MS.

Vielleicht hast Du auch Menschen in Deinem Umfeld, der oder die so wundervoll unperfekt und total chaotisch sind - aber sehr liebenswert. Je perfekter Du sein willst, desto steifer, unnahbarer und unsympathischer (arroganter) wirkst Du. Aber je authentischer Du bist, desto liebevoller bist Du Dir selbst gegenüber und auch die anderen Menschen mögen Dich mehr.

Ich weiß, das klingt jetzt für Dich vermutlich total schräg. Und warum? Weil Du zu Dir selbst total streng bist. Dieses kannst Du nicht. Und für jenes bist Du zu blöd. Hässlich bist Du auch noch. Deine Meinung sagen? Das geht nicht. Oder nur mit ganz starker Inbrunst. Du bist entweder zu weich oder zu bockig. Oder? ;o)

Das blöde ist, dass Du nur Dir selbst damit am meisten schadest. Du darfst für Dich eintreten. Das darfst Du nett und freundlich – und bestimmt tun.

Du darfst Dich so annehmen wie Du bist - auch mit all den Dingen, die Du nicht an Dir magst. Ich weiß, dass kann eine echte Herausforderung sein.

Aber Du weißt nicht, wie andere Menschen aussehen, wenn sie morgens aufstehen. Die sehen wahrscheinlich genauso zerknautscht aus, wie Du.



Und zum Beispiel Beulchen an den Oberschenkeln haben ALLE Frauen. Du bist keine Ausnahme – wenn Du eine Frau bist. Aber auch Männer haben gelegentlich mal ein Beulchen hier und da ;o)

Der Grad an Liebenswürdigkeit hängt nicht von der Anzahl und der Tiefe Deiner Beulchen ab ;o)

Vielleicht kannst Du auch Deine Freunde und Deinen Partner fragen, was sie an Dir mögen. Du wirst sehen, dass sie andere Dinge an Dir wahrnehmen, als Du selbst.

Perfekt sein war gestern!

Heute zählst DU. Denn DU bist wichtig für die Welt! Und zwar genauso wie Du WIRKLICH bist!

Wirklich.



Symptom Fatigue (Müdigkeit)

Du bist des Lebens müde. Dir ist alles zu viel. Du fühlst dich alleine, hilflos, kraftlos, überfordert.

Alle verfügbaren Kräfte werden im Kampf gegen sich selbst verbraucht. Wie schon zu dem Symptom Perfektionismus beschrieben. Immer am schauen, dass man funktioniert – egal wie. So dass für das, was Du wirklich im Leben willst, wenig übrig bleibt.

Bei MS kämpft man gegen sich selbst – eigentlich ganz schön blöd, oder? Und das macht müde. Das ist ein bisschen so, als wenn man den Berg, vor dem man steht, wegschieben wollen würde. Er ist da. Und er hat seine Berechtigung da zu sein - wie er ist. Egal wie groß oder klein. Egal ob mit vielen Bäumen oder nur Felsen. Egal ob rund oder eckig.

Wir kämpfen gegen Sachen an, gegen die wir nicht zu kämpfen brauchen. Wir können Sie einfach annehmen wie sie sind, wenn wir es doch eh nicht ändern können. Oder wir verändern das, worauf wir Einfluss haben. Und das ist viel mehr, als wir glauben wollen.

Wenn Du oft müde bist, dann ist das für Deine Seele alles viel zu anstrengend und sie braucht viele Ruhepausen. Wenn Du ein Strauß (der Vogel) wärst, würdest Du vielleicht den Kopf in den Sand stecken.

Wenn Du Dich in einer solchen Situation befindest, dann frage Dich ehrlich, was will ich wirklich in meinen Leben und was will ich nicht. Und wie schaffe ich es, das Eine sein zu lassen und dafür mehr von dem, was ich wirklich mag, in mein Leben zu holen.

Es wird dann vielleicht zu wüsten Auseinandersetzungen in Deinem Verstand kommen, der 1.000 Ausreden findet, warum dieses und jenes nicht geht. Frage Dich also nicht, warum es nicht geht, sondern WIE es gehen kann. Dann wird Dein Verstand auch mitarbeiten. Er ist ein Lösungsfinder. Aber Du musst ihm sagen, für welche Sache er eine Lösung finden soll.



Symptom Depressionen

Ganz ehrlich, wenn ich mich selbst regelmäßig spritzen würde und vorher erst mal irgendwelche andere Medikamente nehmen würde, wie z. B. Schmerzmittel, dann wäre ich auch depressiv.

Was tut man seinen Körper damit an????

Aber, Du wirst vermutlich auch schon vor dieser Diagnose vielleicht an dem Sinn Deines Lebens gezweifelt haben. Öfter mal gedacht haben: Ich kann nicht mehr, das ist alles zu viel für mich. Oder das Gefühl gehabt haben, dass Du Dich gegen einige Umstände in Deinem Leben nicht wehren kannst. Aus diesen Situationen einfach nicht herauskommst.

Die „Krankheit“ verstärkt dieses Gefühl, der Ohnmacht und des „sich gefangen Fühlens“ vielleicht noch mehr. Und das hat seinen Sinn.

Dein Körper will Dir mit dieser „Krankheit“ nur etwas zeigen und Du tust vielleicht alles um es wegzudrücken. Z. B. in dem Du Medikamente nimmst und hoffst, dass sich dann einfach alles in Luft auflöst.

Das ist so, als wenn Du mit jemand, den Du liebst, ein Problem hast und das gerne lösen möchtest. Diese Person Dir aber nicht zuhört, Dich immer beiseite schiebt, Dich weggeschubst und ähnliches. Dann würdest Du vielleicht auch energischer werden oder weg gehen. Dein Körper kann aber nirgends hingehen. Er muss das Aushalten – oder wirklich irgendwann gehen....

Die meisten Medikamente bei MS tun genau das. Sie drücken weg. Sie drücken Dein ganzes Immunsystem runter. Das heißt, Du bekommst von nun an noch mehr Krankheiten, weil Dein Körper sich überhaupt nicht mehr gegen irgendetwas wehren kann, so viele Baustellen auf einmal schafft er nicht. Und dann geht es Dir natürlich insgesamt auch immer schlechter.

Schon allein der Gedanke daran, sich jetzt wieder spritzen zu müssen, löst bei Dir vermutlich Stress und vielleicht sogar Panik aus.

Auch die ganzen anderen Nebenwirkungen von den anderen Medikamenten sind heftig. Was muss Dein Körper alles ertragen? Was musst Du alles ertragen?



Du musst das alles nicht. Es geht auch anders.

Ich war mal auf einer MS Veranstaltung. Wirklich nur einmal – das hat gereicht. Da sollten MS- Patienten darüber berichten, wie gut sie ihr Leben trotz MS leben können. Die Patienten hatten alle einen unterschiedlichen Krankheitsstand. Einige an Krücken, eine im Rollstuhl, jemand der nicht gut laufen konnte und die meisten ohne erkennbare Einschränkungen.

Sie erzählten also alle ein bisschen von ihrem Leben mit MS.

Es ging bei allen so einigermaßen. Nicht aufgeben. Kämpfen. Bisschen spritzmüde usw. Und den einen werde ich nie vergessen.

Er erzählte, alles kein Problem. Geht schon. Man arrangiert sich halt. Ist aber total lebensfroh.

Gut.

Dann erzählten wieder andere. Und kurz vor Ende der Veranstaltung haute er dann raus:

„Ja, also seit dem ich die Antidepressiva nehme, seit dem geht es mir so richtig gut!“

Äääähhhh? Wie?

Ja, super.....

Überhaupt ging es bei dieser Veranstaltung nur darum, WIE man mit der Krankheit leben kann. Welche Medikamente es gibt. Welche es bald gibt. Und na, ein bisschen auf die Ernährung achten und ein bisschen Sport ist gut. Ja....

Das war die Veranstaltung, wo es die „Willkommen im Club der MS- Kranken“ Geschenke gab. Ein Stoffbeutel mit Pharmawerbung, ein Block, Kuli, Kekse und ein Theraband. Yippii :D.



Willst Du wirklich gesund sein?

Jetzt wirst Du mich vielleicht hassen und das Buch in die Ecke schmeißen wollen, Ich bitte Dich trotzdem von Herzen über das Geschriebene nachzudenken.

Willst Du gesund sein? Wirklich? Wirklich? WIRKLICH?

Bist Du Dir sicher? Beantworte die Frage nicht mit Deinem Verstand, sondern mit Deinem Herzen....

Vielleicht gehörst Du zu diesen Menschen:

DU WILLST Deinem Arzt glauben

DU WILLST den ganzen Vereinen wie DMSG, Amsel etc. GLAUBEN,

DU WILLST der Pharmaindustrie GLAUBEN,

DU WILLST den Medien GLAUBEN,

DU WILLST Opfer sein,

Du hältst an Deiner Krankheit fest!

UND solange das so ist, solange wirst du KRANK bleiben.

Es ist Deine ENTSCHEIDUNG. Du bist Dir dessen nur nicht bewusst.

Aber vielleicht siehst Du die Dinge auch schon mit anderen Augen. Das wünsche ich mir für Dich :o).

Was wäre, wenn sie alle ein persönliches Interesse daran haben, dass Du ihnen glaubst?

Was wäre, wenn es ihnen überwiegend nur um ihre eigenen Interessen gehen würde?

Was wäre, wenn Du Dich dem Gedanken öffnen würdest, dass das so sein könnte?

Dass VW unsere Regierung und die Käufer besch... hat, hätte man auch nie vorher glauben können.

Dennoch war es so.

Wenn Du Dein Leben und Deine Gesundheit selbst in die Hand nimmst, dann wirst Du auch wieder gesund sein können. Solange Du Dich von anderen abhängig machst und an Andere die Verantwortung für Deine Gesundheit abgibst, wirst Du schwererer - wenn überhaupt - gesund werden können.



Ich war kurze Zeit in einigen MS Foren unterwegs. Und ich fand es erschreckend, wie SEHR manche an ihrer Krankheit festhalten. Wie sehr sie wollen, dass sie nicht geheilt werden. Wie sehr sie der Schulmedizin glauben ohne einmal die Dinge in Frage zu stellen und ohne etwas anderes versucht zu haben. Alle Beiträge zu dem Thema Multiple Sklerose heilen wurden ausgelacht, als Lüge bezichtigt, ins Lächerliche gezogen etc. Alle alternativen Behandlungsmöglichkeiten ebenfalls. Es war traurig das zu beobachten.

Sie gaben dem Gedanken an eine Heilung überhaupt keine Chance....

So sehr sind wir und unser Umfeld manipuliert, dass wir uns selbst keine Chance mehr geben.....

Wenn Du krank sein willst, dann willst Du krank sein. Verstehe mich bitte richtig: Das ist natürlich keine bewusste Entscheidung.

Darum fühle Dich mal, in die Antwort auf die Frage, hinein:

Will ich wirklich gesund sein?

Ist das ein enges Gefühl?

Oder ist es weites Gefühl?

Wenn es sich eng anfühlt, dann ist Dir unwohl bei dem Gedanken, gesund zu sein. Und dann wirst Du an dieser Krankheit festhalten, weil Du Dich mit ihr sicherer fühlst. Das ist in Ordnung. Weder gut - noch schlecht.

Ich möchte einfach nur, dass Du weißt, dass Du es viel mehr in Deiner Macht hast gesund zu sein, als Du es Dir jetzt vielleicht vorstellen kannst. Dass es vielleicht Themen, Gründe etc. gibt, die Dir nicht bewusst sind, die Dich jedoch daran hindern, wieder gesund zu sein. Darum: Es ist Deine Entscheidung und Du hast IMMER die Wahl. Alles andere sind Ausreden und Rechtfertigungen für das „Krank- sein- wollen“ – natürlich nicht bewusst. Du tust das unbewusst. Darum ist es gut, die unbewussten „Programme“ ans Licht zu holen, damit Du wieder gesund sein kannst.

Wenn Du jetzt richtig wütend auf mich bist, dann habe ich den richtigen Punkt getroffen ;o)

Und ich hoffe, dass ich Dich ein bisschen wachgerüttelt habe.



Solange Du glaubst, dass es für Dich sicherer ist krank zu sein und/ oder Du glaubst, mehr Vorteile davon zu haben wenn Du krank bist, solange wirst Du auch krank sein.



Was ist gut daran, dass Du MS hast?

Ich vermute, Deine spontane Antwort lautet (vielleicht ein bisschen empört): Na nichts! Aber vielleicht hast Du ja doch Vorteile, weil Du Multiple Sklerose hast.

- Vielleicht hast Du mehr Urlaub oder mehr freie Tage?
- Vielleicht kannst Du Dich öfter von der Arbeit fernhalten oder früher gehen, weil Du dort eh nicht so gerne bist?
- Vielleicht bekommst Du eine erhöhte Aufmerksamkeit?
- Vielleicht genießt Du es, dass Du mehr umsorgt wirst?
- Vielleicht glaubst Du, dass Dein Partner Dich nicht verlassen wird, weil Du Multiple Sklerose hast?
- Dein Mann, Deine Kinder, Dein Chef, Deine Eltern oder sonst wer sind schuld daran, dass Du Multiple Sklerose bekommen hast. Nach allem, was sie Dir angetan haben.
- Die Multiple Sklerose bestätigt Dich darin, dass das ganze Leben schlecht ist. Natürlich muss ausgerechnet Dir das passieren.

Beantworte die Fragen und Aussagen ganz für Dich allein. Vielleicht fallen Dir auch noch andere Dinge ein.

Solange Du glaubst, die „Vorteile“ nur haben zu können, weil Du Multiple Sklerose hast, solange wirst Du auch weiterhin Multiple Sklerose haben.

Verstehe mich bitte nicht falsch. Es ist nicht gut oder schlecht, wenn das so ist. Vielleicht bist Du auch gerne krank und genießt es, umsorgt zu werden. Wenn Du jedoch ganz gesund werden möchtest, dann kannst Du Dich vielleicht dem Gedanken öffnen, dass Du Dir selbst all das Gute geben kannst, was Du glaubst, nur durch die Multiple Sklerose von Anderen zu bekommen.

Du kannst Dich selbst liebevoll behandeln. Du kannst Dich selbst um Dich kümmern. Du kannst selbst für Dich da sein. Und das kannst Du viel besser, als Andere das können. Denn Du weißt doch viel besser was Du willst, als alle Anderen ;)

Eine Krankheit bietet uns auch die Möglichkeit des Schutzes und der Vorwände. Ich kann ja nicht, weil ich krank bin. So kann man sich einfach entziehen, ohne sich erklären zu müssen, weil man vielleicht keine Lust hat. Man bekommt Aufmerksamkeit und es wird sich um einen gekümmert. Vielleicht hofft man auch, dass der Partner einen nicht verlässt. Der Arbeitgeber kann einen nicht einfach kündigen. Freunde bemitleiden einen vielleicht.



Es gab Gespräche mit kranken Menschen, die sich vorstellen sollten, wie ihr Leben wäre, wenn sie gesund wären. Es ging um eine Visualisierung der Heilung. Als diese Menschen sich das vorstellten, sind sie teilweise zusammen gebrochen. Und warum? Sie sagten zum Beispiel Dinge wie:

„Ich kann nicht gesund sein, weil mein Partner mich dann verlassen würde.“

Mit dieser „Wahrheit“ wird es schwer, wirklich gesund zu werden. Da die Person glaubt, dass es für sie besser sei, krank zu sein. Denn so würde ihr Partner sie nicht verlassen.

Aber ist das wirklich lebenswert? Was ist das für eine Partnerschaft, in der ich krank sein muss, damit sie bestehen bleiben kann? Kann die gut für mich sein? Kann der Job gut für mich sein, in der ich die Krankheit brauche, um mich der Arbeit entziehen zu können?

Wie wäre es denn, wenn ich einen Partner habe, mit dem ich gerne zusammen bin und der bei mir bleibt, weil er mich liebt und nicht weil er sich verantwortlich fühlt?

Wie wäre es, wenn ich einer Arbeit nachgehe, die mich erfüllt? Bei der ich mit meinen Fähigkeiten und Gaben andere Menschen bereichern und glücklich machen kann?

Wenn ich ehrlich bin, und einfach sage wenn ich etwas nicht machen mag?

Wäre das Leben dann nicht schöner? Freier? Leichter? Befreiter? Glücklicher? Erfüllter?

Multiple Sklerose kann eine Chance sein, das eigene Leben aufzuräumen.

Wenn Du Multiple Sklerose bekommen hast, dann gibt es etwas in Deinem Leben, wo Du hinschauen darfst. Dann gibt es etwas, wo Du bisher noch nicht hingeschaut hast. Vielleicht schützt Du Dich vor irgendetwas. Vielleicht lebst Du etwas, das Du eigentlich nicht leben willst. Vielleicht hast du vor etwas mehr Angst, als vor Deiner Krankheit. Du wirst es in Deinem inneren bereits spüren.

Aber vielleicht willst Du es einfach (noch) nicht wahrhaben.

Du hast Multiple Sklerose nicht einfach so bekommen. Dein Körper will Dir damit etwas sagen. Nämlich: „Schau hin.“

Es gibt tolle Bücher zum Thema Charaktereigenschaften und Krankheiten. Ich musste herzlich lachen, als ich die Charaktereigenschaften zur MS das erste Mal vorgelesen bekam.

Ich fühlte mich ertappt :o)

Das Gute daran ist, wenn es so etwas wie einen MS- Persönlichkeit gibt, dann gibt es auch bestimmte Charaktereigenschaften einer „Gesundheits-Persönlichkeit“.



Es ist alles veränderbar. Verändere Deine Einstellung, treffe eine Entscheidung. Das heißt nicht, dass Du zu einem völlig anderen Menschen werden wirst. Du tauschst diese Eigenschaften einfach nur gegeneinander aus.

Du hast die Möglichkeit, die MS als Chance zu sehen und zu nutzen. Sie kann Dich zu dem Leben führen, wo Du eigentlich wirklich hinwillst.

Und das ist doch etwas Gutes, oder?



Die MS – Dein Freund und Helfer

Ja, das meine ich ernst!

Wir meckern über die MS. Wollen sie los werden. Kämpfen gegen sie an. Machen sie für alles verantwortlich. Geben ihr die Schuld, wenn gerade wieder etwas nicht rund läuft, wenn wir Beschwerden, Symptome und Schübe haben.

Dabei kann die MS nichts dafür. Sie zeigt uns nur, dass gerade etwas nicht in Ordnung sondern in UnOrdnung ist. Sie will Dir helfen. Sie will, dass Du Dich um Dich kümmerst. Dass Du für Dich sorgst. Dass Du für Dich da bist. Tust Du z. B. über einen längeren Zeitraum etwas, was sich in Deinem inneren nicht wirklich gut anfühlt, dann schaltet sich die MS ein. Erst vermutlich mit kleinen Anzeichen. Wenn Du dann nichts änderst, dann wird sie energischer.

Wenn Du magst, versuche die MS doch mal als einen liebevollen Freund zu betrachten, der sich um Dich sorgt und um Dich kümmert. Nicht als einen Feind. Wenn Du wieder einen Schub bekommst, dann bewerte nicht. Verfalle nicht in ein Drama. Nimm einfach nur wahr, was gerade ist. Und frage Dich, was vielleicht in letzter Zeit nicht so gut gelaufen ist. Dann hast Du eine Chance um für die Zukunft vorzusorgen, dass Dir das nicht noch einmal passiert und Du vorher die „Reißleine“ ziehen kannst.

Ich bin dankbar für meinen Körper. Denn er zeigt mir immer wieder meine Grenzen auf und teilt mir sehr genau mit, was ich wirklich will und was nicht.

Ich gehöre zu den Menschen, die oft über ihr Limit hinaus gehen. Ich arbeite manchmal zu viel. Ich will zu viel und zu schnell. Ich bin super ungeduldig. Ich bin sehr kritisch mit mir selbst und will manchmal mehr, als gerade möglich ist.

Manchmal höre ich auf die ersten kleinen Anzeichen meines Körpers nicht. Wenn ich auf die ersten kleinen Anzeichen nicht höre, dann folgen eben die energischeren ;)

Also schimpfe und meckere nicht mit Deinem Körper oder mit der MS oder den Umständen. Sondern frage Dich: OK, was willst Du mir sagen? Was kann ich tun? Wie und womit würde es wieder besser sein?



Denn wenn Du Dich gegen das, was Dein Körper Dir zeigt, auflehnt dann wird es nur noch schlimmer.

Brülle mal ein schreiendes Kind mit: „Sei doch jetzt mal endlich ruhig“ an. Was passiert? Aller Wahrscheinlichkeit wird das Kind dann noch lauter brüllen ;o)
Warum sollte das mit unserem Körper anders sein?

Also sei liebevoll mit Dir und Deinem Körper. Sei nicht so streng und kritisch. Das bringt euch in Richtung Gesundheit nicht weiter.



Wodurch geschieht Heilung?

Woran ich glaube:

Meine Überzeugung ist genau die, die in dem Film Emotion dargestellt wird.

Hier ist der Link zu dem Trailer: <https://www.youtube.com/watch?v=vDzbhnljDTo>

Und genauso bin ich an meine Heilung herangegangen.

Ich glaube nicht an die Heilung allein durch Nahrungsumstellung, durch Vitamine, durch Entgiftungen usw.

Was natürlich nicht heißt, dass das nicht wichtig ist!

Ich habe das auch alles gemacht – das Eine ergibt sich dann aus dem Anderen.

Dennoch ist meine Überzeugung die, dass eine Krankheit immer eine Ursache IN UNS hat.

Natürlich kann es sein, dass wenn ich endlich damit beginne, mich um mich zu kümmern und meine Lebensfreude wieder zurück in mein Leben zu holen, dass dann auch Heilung geschehen kann.

Ich habe von den ganzen Möglichkeiten mit Nahrungsergänzung usw. echt wenig gemacht.

Ich habe viel in meinem Bewusstsein, Geist und Seele aufgeräumt. Die Verantwortung für mein Leben zu mir zurück genommen und dann gehandelt. Habe mir den alten verdrängten emotionalen „Rotz“ angeschaut. Vorwürfe und Anschuldigungen gegen Andere – und auch gegen mich selbst - fallen gelassen.

Meine Überzeugung ist, dass es an unserem Bewusstsein liegt und an unseren -oft alten-Emotionen. An alten gespeicherten Traumata und „toxischen“ Gefühlen, Mustern und Glaubenssätzen.

Was natürlich auch nicht heißen muss, dass man das nun bis ins letzte Detail alles auflösen muss.

Ich denke, der Wille gesund zu sein und die Lebensfreude in das Leben zurückzuholen sind die wichtigsten Dinge.



Nehmen wir z. B. das Beispiel von Johannes Heesters. Er hat 89 Jahre lang geraucht. Gerne mal etwas getrunken und vermutlich wenig - wenn überhaupt - Vitaminpillchen genommen.

Was hatte er? Eine Aufgabe und Freude am Leben. Das ist es schon.

In dem Buch: Das heilende Bewusstsein (Rätselhafte Heilung) von Joachim Faulstich erzählt dieser von vielen verschiedenen Wegen, wie die Menschen ohne die Schulmedizin geheilt waren.

Eines seiner Beispiele ist die Geschichte von Jean Pierre.

Jean Pierre bekam im Alter von 48 Jahren die Diagnose Multiple Sklerose. Er war später auf den Rollstuhl angewiesen und ihm wurde eine Pflegekraft anerkannt, da er ohne diese seinen Alltag nicht mehr bewältigen konnte. Jean Pierre war ein gläubiger Katholik und so folgte er dem Vorschlag seiner Freunde und machte eine Pilgerfahrt nach Lourdes. Am Morgen des letzten Tages seiner Pilgerfahrt erhielt er die „letzte Ölung“. Als er wieder in seinem Zimmer ankam, bemerkte er, dass er plötzlich auf seinem Bett saß und wieder alle Gliedmaßen spüren und bewegen konnte, was vorher nicht mehr möglich gewesen war.

In der Nacht wachte er um drei Uhr auf und hörte eine Stimme in seinem Kopf die wiederholte: „Steh' auf und geh!“ Irgendwann folgte dieser Aufforderung und stand unter Beobachtung der Nachtschwester auf und lief. Erst unsicher und wackelig, dann immer sicherer.

Am nächsten Tag verließ er Lourdes, stieg ohne Hilfe und Hilfsmittel in den Zug und fuhr wieder nach Hause. Dem Ärztegremium erschien das so unglaublich, dass sie sich 12 Jahre mit dem Fall von Jean Pierre beschäftigten. Jedes Jahr machten sie eine Kontrolluntersuchung, um immer wieder festzustellen, dass sich nicht verändert hatte.

Ja, da war dann gar nichts von Nahrungsmitteln, Vitaminen, Aufarbeitung usw. Sondern vermutlich der reine Wille und der pure Glaube an Gott. Aber wer weiß, welche Gedanken er sich über sich und sein Leben während seiner Pilgerreise gemacht hat. Vielleicht hat auch das zu seiner Heilung beigetragen.

„Nach Deinem Wille geschehe Dir“. Wenn ich die Entscheidung treffe, dass ich – komme was wolle, wieder gesund werde - gesund BIN-, dann wird das so sein. Egal, wie.

Wenn ich davon überzeugt bin, dass eine halbe Stunde jeden Tag spazieren gehen mich heilen wird, dann wird das auch so sein. Es sei denn, Du hast ein kleines Äffchen auf der



Schulter, was Dir immer zuruft: BLÖDSINN!. Dann solltest Du Dich vielleicht erst mal um das Äffchen kümmern ;o)

Oder Du glaubst, wenn Du jeden Tag 1 Kilo Mohrrüben isst, dann wirst Du gesund SEIN. Dann wird auch das so sein.

Wenn Du glaubst, MS ist nicht heilbar und Du wirst irgendwann im Rollstuhl sitzen – dann wird auch das so sein. Dein Wille geschehe. Das, worauf wir unsere Aufmerksamkeit richten, das kommt in unser Leben. Bin ich der Meinung, ich bin ein Glückspilz, dann erlebe ich ganz viele Dinge, die mir Bestätigen: Sag ich doch: Ich bin ein Glückspilz.

Bin ich der Meinung, mir geschehen immer nur schlimme Dinge in meinem Leben, dann werden Dir auch immer mehr „schlimme“ Dinge passieren. Vielleicht sind sie gar nicht so schlimm, wie Du glaubst. Aber Du wirst sie so wahrnehmen, weil Du so ausgerichtet bist.

Also schaue mal, wenn Du magst: Woran glaube ich? Was ist meine Wahrheit? Sei kompromisslos ehrlich zu Dir selbst. Du musst es ja keinem verraten ;o)

Denn das großartige ist, dass Du jederzeit, dass woran Du glaubst, verändern kannst. Du kannst den Fokus in Deinem Leben auf das verlagern, was Du wirklich willst. Und dann können Veränderungen in Dein Leben kommen. Dann kann Heilung geschehen <3



Kann die Umstellung meiner Ernährung mich heilen?

Ich glaube, dass es Nahrung gibt, die uns gut tut, aber auch Dinge die man essen kann, die uns weniger gut tun. Dinge die wir essen und dann fühlen wir uns anschließend fit wie ein Turnschuh oder andere Dinge die wir zu uns nehmen und dann sind wir anschließend müde, schlapp und fühlen uns „matschig“.

Stelle ich also meine Ernährung um, auf tatsächliche LEBENSmittel und NAHRUNGSMittel, dann stelle ich schnell fest, dass es mir alleine schon dadurch besser geht.

Denn was nehmen wir denn meistens zu uns? Tote Tiere (Tiere verwesen übrigens genau wie Menschen, sobald sie tot sind, wir essen also Aas), Milchprodukte, Fertigprodukte, mit Pestiziden gespritztes Obst und Gemüse, Weizenprodukte usw.

Wir füllen also oftmals unseren Magen ohne unserem Körper LEBENSmittel gegeben zu haben. Dazu kommt, dass wir oft sehr unachtsam essen oder Essen als eine Ersatzbefriedigung für irgendetwas anderes (be)nutzen.

Vorneweg: Ernähre ich mich IMMER gesund? Nein ;) Ich esse auch nicht nur Möhrchen und Sellerie.

Ich versuche jedoch darauf zu achten, was ich zu mir nehme und es bewusst zu tun.

Und ich finde, das ist ein erster guter Schritt: Sich ein bisschen mit unseren „Lebensmitteln“ zu beschäftigen. Was ist wirklich wo drin? Wo ist Zucker enthalten, wo man eigentlich keinen erwartet? Z. B. Salami, Teewurst, Senf, Aufstriche, Vollwert Cornflakes, Brot, usw.

Ist das dunkle Brot wirklich dunkel oder ist es nur dunkel, weil Malz drin ist? Ist doch egal, oder? Naja, wenn Du ein Vollkornbrot bezahlst aber nur ein gefärbtes Weizenbrot bekommst ist das schon mal blöd. Und Dir fehlen zusätzlich zum Geld auch noch Nährstoffe. Wenn schon Weizen, dann doch auch gleich richtig, oder?

Gut, einige würden jetzt sagen, gar kein Brot wäre noch besser, wegen dem Gluten, was auch matschig im Kopf machen kann. Ich esse richtiges VOLLKORNbrot zu gerne, am besten selbstgemacht wenn es schön schwer ist :o). Oder ich backe glutenfreies Brot,



das schmeckt selbstgebacken auch noch besser als das gekaufte – finde ich jedenfalls. Und das geht auch total schnell :o)

Ich esse keine Tiere mehr. Keine Wurst, kein Fleisch, kein Fisch oder sonst irgendwelche Viecher.

Warum tue ich das? Es begann damit, dass ich es immer weniger mochte. Genauso wie ich mich eigentlich immer vor Milch geekelt habe, mir das Milchtrinken aber anezogen worden ist – so wie vermutlich vielen. Milch ist ja auch so gesund... Dazu komme ich nachher noch.

So habe ich dann erst nur noch Fisch und alle 3 Monate einen Burger gegessen bis ich das dann überhaupt nicht mehr mochte und wollte. Ich finde es auch echt widerlich. Wie gesagt: Es sind tote, verwesende Tiere....

Noch dazu kommt folgendes:

Womit werden die Tiere gefüttert? In welchen Mengen? Was ist mit Antibiotika? Was ist mit der Tierhaltung? Was ist mit dem Töten?

Das Futter für die Tiere wird oft in Ländern angebaut, wo die Menschen das Essen eigentlich selbst bräuchten. Es wird aber exportiert, um damit unsere Viecher zu füttern, damit wir dann das Fleisch essen können.

Massentierhaltung verbraucht extrem viel Wertvolles Trinkwasser

Quelle: <http://www.zeit.de/wirtschaft/2013-08/fleisch-konsum-ressourcen>

„Der amerikanischen Organisation Water Footprint Network zufolge braucht die Herstellung eines einzigen Kilos Rindfleisch unglaubliche 15.000 Liter Wasser. Das entspricht rund 75 vollen Badewannen – für fünf Rindersteaks. Natürlich trinkt das Tier im Leben nicht so viel. Aber es frisst Getreide, braucht Heu und Stroh. Der Anbau funktioniert nicht ohne Wasser, und auch für die Stallreinigung braucht man ein wenig davon. Virtuelles Wasser nennen Fachleute diese Größen.

Für die Herstellung eines Kilos Hühnerfleisch braucht man hingegen nur rund 5.000 Liter Wasser. Für ein Kilo Kartoffeln reichen schon rund 100 Liter.

Die Folgen des Wasserdursts sind enorm: Wasser wird knapp, die Wasserspiegel sinken. Schon jetzt leben nach Angaben des WWF 2,5 Milliarden Menschen in Gebieten mit Wasserstress. Sie konkurrieren mit der Landwirtschaft um kostbares Süßwasser. Die Fleischproduktion sorgt zudem für eine schlechtere Wasserqualität. Gülle und



Kunstdünger für den Futteranbau lassen die Nitrat- und Phosphatbelastung ansteigen, auch Antibiotika-Rückstände aus der Tierhaltung können ins Grundwasser gelangen.“

Vergiftung unseres Grundwassers wegen zu viel Gülle. Viele Viecher, viel Sch....e

Quelle: <http://www.welt.de/politik/deutschland/article137640765/Wie-Schweineguelle-unser-Grundwasser-gefaehrdet.html>

„Der Nitratbericht der Bundesregierung zeigt, dass offensichtlich gerade dort, wo besonders viele Tiere gehalten werden, mehr Gülle auf Feldern ausgebracht wird, als eigentlich erlaubt und für die Umwelt verträglich ist. An etwa 14 Prozent der Messstellen eines bundesweiten Überwachungsnetzes wird der zulässige Nitrathöchstwert überschritten, an 40 Prozent der Messstellen hat die Belastung in den vergangenen Jahren kontinuierlich zugenommen. Wegen zu hoher Nitratwerte haben Wasserversorger schon Grundwasservorkommen aufgegeben und tiefere Brunnen gebohrt. Um Trinkwasserqualität zu erreichen, muss das Grundwasser immer aufwendiger aufbereitet werden. Der Bund für Umwelt und Naturschutz (BUND) hat errechnet, dass dadurch für die Verbraucher jedes Jahr Mehrkosten in Höhe von acht Milliarden Euro entstehen.“

Ach so: Und wir haben nur so viel Wasser auf diesem Planeten, wie wir Wasser haben. Es kommt nirgendwo neues her...

Weiter mit:

Viele Viecher, viel Futter

Quelle: <http://www.zeit.de/wirtschaft/2013-08/fleisch-konsum-ressourcen/seite-2>

„Schaut man sich die Zahlen des WWF-Reports Fleisch frisst Land an, so zeigt sich, dass die Rindfleischproduktion der größte Flächenfresser ist. Für ein Kilo Rindfleisch werden außerhalb der EU bis zu 49 Quadratmeter Fläche benötigt. In Deutschland sind es nur 27 Quadratmeter. Die Zahlen unterscheiden sich, weil Rinder etwa in Südamerika öfter draußen auf Grasland weiden als in Deutschland. Hierzulande wird dagegen öfter mit Kraftfutter zugefüttert. Besonders wenig Fläche verbraucht dagegen die Kartoffel. Auf einem Viertel Quadratmeter Boden lässt sich bereits ein Kilo Kartoffel anbauen.“

Nein, mein Fazit ist jetzt nicht: Esst nur noch Kartoffeln ;)

Ein weiteres Thema zum Fleisch:



Quelle: <http://www.sueddeutsche.de/wirtschaft/medikamente-in-der-tierhaltung-vollgestopft-mit-antibiotika-1.1466511>

„Vollgestopft mit Antibiotika

Der Missbrauch umstrittener Medikamente in der Massentierhaltung ist groß. Nun zeigt sich, dass 2011 deutlich mehr verfüttert wurde als bisher angenommen. Tonnenweise verwendeten Tierärzte Antibiotika. Die großen Umweltverbände sind entsetzt.

Von Silvia Liebrich

Es sind erschreckende Zahlen, die das Verbraucherschutzministerium von Ilse Aigner (CSU) in dieser Woche ganz beiläufig veröffentlicht hat. Sie zeigen, dass der Einsatz von Antibiotika in der Massentierhaltung in Deutschland weitaus größer ist als bisher angenommen. Die Pharmaindustrie hat demnach im vergangenen Jahr mehr als 1700 Tonnen der umstrittenen Medikamente an Tierärzte abgeben.

In der Branche war man bisher von maximal 1000 Tonnen Antibiotika ausgegangen. Die Zahl beruhte allerdings auf Schätzungen. Die neuen Daten stammen aus der ersten flächendeckenden Auswertung von Praxen. Sie wurden jetzt dem Bundesamt für Verbraucherschutz und Lebensmittelsicherheit (BVL) vom Deutschen Institut für medizinische Dokumentation und Information (DIMDI) vorgelegt.

"Dieses Ergebnis ist hochgradig alarmierend", sagte Reinhild Benning, Agrarexpertin vom Bund für Umwelt und Naturschutz Deutschland (BUND) am Mittwoch. In der Intensivtierhaltung werden nach ihren Angaben über 40 Mal mehr Antibiotika eingesetzt als in deutschen Krankenhäusern und sieben Mal mehr als in der Humanmedizin insgesamt. "Wegen antibiotikaresistenter Keime sterben pro Jahr in Deutschland etwa 15.000 Menschen. Die Bundesregierung muss endlich handeln", forderte Benning. Sie sieht Verbraucher- und Agrarministerin Aigner in der Pflicht, "endlich wirksame Gesetze zu erlassen". Der BUND fordert, dass der Antibiotikaverbrauch bis 2015 mindestens halbiert wird."

Wenn das Tier dann geschlachtet (getötet) wird:

Quelle: http://www.halal.de/wuf_s02.htm

„Die Streßhormone / von Dr. med. Werner Hartinger



Ebenso wie der Mensch produzieren auch alle Wirbeltiere bei großen körperlichen Anstrengungen, bei starken Schmerzen, bei Angst und bei Schädigungen des Körpers sogenannte Streß-Hormone. Besonders bei Todesangst - die bei Tieren in Unkenntnis der Schmerz-Ursachen und seiner Dauer in Verbindung mit den äußeren Umständen immer eintritt - und in stärksten Maße während des Todeskampfes reichern sie sich in großen Mengen an. Infolge des eingetretenen Todes können sie aber nicht mehr abgebaut werden und gelangen beim Verzehr in den Kreislauf des Menschen.
(.....)

Wenn man schon glaubt, Tiere zu Ernährungszwecken schlachten zu müssen, muß die Tötung unerläßlicherweise absolut angst- und schmerzfrei erfolgen. Andernfalls findet sich im Fleisch der Tiere eine übernormale Konzentration der für den Menschen schädlichen und krankheitserregenden Streßhormone neben den jederzeit nachweisbaren ebenfalls gesundheitsschädigenden chemisch-pharmazeutischen Beimengungen im Mastfutter. „

Du darfst für Dich ganz alleine entscheiden, was Dir wichtig ist. Ob Du das alles „mitessen“ möchtest.

Ein schwieriges Thema- auch für mich: Milch
Ich trinke keine Milch aber: Es fällt mir (noch) schwer auf Käse zu verzichten.

Quelle: <http://www.dominik-storr.de/2011/11/05/die-wahrheit-uber-milch/>

„Milch macht krank

Der Mensch ist das einzige Lebewesen der Erde, das die Milch einer anderen Spezies trinkt. Zudem ist Milch Säuglingsnahrung: Außer dem Menschen trinkt kein anderes Lebewesen nach dem Säuglingsalter Milch. Dabei vertragen viele Menschen Milch gar nicht.

Kuhmilch ist den Ernährungsbedürfnissen von Kälbern angepasst, die vier Mägen haben und innerhalb von Monaten Hunderte von Pfund zunehmen. Doch in der Milchindustrie werden die Kälber ihren Müttern einen Tag nach der Geburt weggenommen. Und die Menschen trinken die artfremde Kuh-Muttermilch und werden krank.

Laktoseintoleranz: Von Verdauungsbeschwerden bis Migräne

Jeder siebte Deutsche leidet an Laktose-Intoleranz – oft ohne es zu wissen. Bei Laktose-Intoleranz ist der Körper ist nicht in der Lage, das Verdauungsenzym Laktase zu bilden,



das für die Verarbeitung der Milch im Körper zuständig ist. Diese Milchunverträglichkeit ist eine der häufigsten Nahrungsmittelallergien und im Grunde eine natürliche Reaktion des Körpers gegen den unnatürlichen Milchkonsum. Die Symptome sind Durchfall, Blähungen, Migräne, chronische Nasen- und Stirnhöhlenbeschwerden, Mandelentzündungen, Ekzeme, Geschwüre, Asthma, Hyperaktivität und Depressionen.

Milch als Allergieauslöser

Etwa zwei bis drei Prozent aller Erwachsenen haben eine Milcheiweiß-Allergie ebenfalls meist ohne es zu wissen. So leiden sie jahrelang unter Haut- und Kreislaufbeschwerden oder Verdauungsproblemen, weil sie manche in Milch enthaltenen Proteine, vor allem das Kasein, nicht verarbeiten können.

Sogar Autismus oder Schizophrenie bei Kindern könnte Studien zufolge mit der Unfähigkeit des Körpers, das Milchprotein Kasein zu verdauen, in Zusammenhang stehen. Denn: Bei achtzig Prozent der Kinder verringerten sich die Symptome oder verschwanden ganz, nachdem sie eine milchfreie Diät bekamen.

Pickel, Akne und Neurodermitis durch Milch

Immer mehr Wissenschaftler gehen davon aus, dass das Fett, das tierische Protein, der Zucker und die Hormone in Milch, die Haut irritieren und Verursacher unreiner Haut sein können.

Eine klinische Studie an 1.088 Teenagern im Alter über 10 Jahren zeigte, dass Milch ein wesentlicher Verursacher von Akne ist. Die Akne ging zurück, als die Jugendlichen ihren Milchkonsum reduzierten.

Neurodermitis ist häufig eine allergische Reaktion auf Milch: Milch-Allergie gilt bei Neurodermitis sogar als der wichtigste Auslöser und kann die Hautkrankheit weiter verschlimmern.

Milchkonsum fördert Herz-Kreislaufkrankungen

Doch auch für die Menschen die, Laktose und Milcheiweiß vertragen, ist Milch keineswegs gesund. Milchprodukte stecken nämlich voller gesättigter Fettsäuren und Cholesterin. Aktuelle wissenschaftliche Studien weisen einen Zusammenhang von Milchkonsum und Fettleibigkeit und Herz-Kreislaufkrankungen, der Todesursache Nummer 1, nach.

Von wegen gut für die Knochen: Milch entzieht dem Körper Calcium
Entgegen vollmundigen Werbeslogans ist Milch auch nicht gut für die Knochen:
Aufgrund des hohen Proteingehalts, der zu einem Calciumabbau in den Knochen führt,



können Milchprodukte Osteoporose verursachen – und nicht etwa verhindern. Dies beweist eine Studie der Universität Harvard, an der mehr als 75 000 Frauen über einen Zeitraum von 12 Jahren teilnahmen. Dagegen vermindert eine pflanzenbetonte Ernährung das Risiko von Knochenbrüchen.

Milchkonsum und Diabetes

Studien weisen einen starken Zusammenhang zwischen dem Konsum von Milchprodukten und dem Vorkommen von insulinabhängiger Diabetes nach. Grund ist ein bestimmtes Milchprotein, das eine Autoimmunreaktion auslöst, wodurch die Insulin produzierenden Zellen der Bauchspeicheldrüse zerstört werden. Dagegen zeigt eine hohe Aufnahme pflanzlicher Proteine und Fette pflanzlichen Ursprungs einen Schutzeffekt gegen Diabetes Typ-2.

Hoher Milchkonsum fördert Eierstockkrebs, Brust- und Prostatakrebs

Studien weisen einen Zusammenhang von Eierstockkrebs und dem Konsum von Milchprodukten nach: Im Körper wird der Milchzucker in eine andere Zuckerart, Galaktose, aufgespalten. Zuviel Milch kann die Fähigkeit der Enzyme zur Spaltung von Galaktose übersteigen, was einen negativen Einfluss auf die Eierstöcke der Frau nimmt. Brust- und Prostatakrebs hängen Studien zufolge zumindest teilweise mit einer erhöhten Menge einer Substanz namens Insulinähnlicher Wachstumsfaktor (IGF-I) zusammen. IGF-I findet sich in Kuhmilch. Regelmäßige Milchtrinker haben erhöhte Mengen IGF-I im Blut.

Pestizide, Hormone, Antibiotika

Milchprodukte kommen zum allergrößten Teil aus der Massentierhaltung. Der Einsatz von Hormonen und Antibiotika ist hier an der Tagesordnung. Synthetische Hormone, wie beispielsweise das Rinder-Wachstumshormon BGH, werden bei Milchkühen weit verbreitet angewendet, um die Milchproduktion zu erhöhen. Spuren von Hormonen und Antibiotika wurden in Milchproben und anderen Milchprodukten gefunden. Hinzu kommt, dass das Futter in der Massentierhaltung in der Regel mit Pestiziden belastet ist, außerdem landet immer öfter Genmais in den Futtertrögen.“

Wir sind es halt so gewohnt und darum fällt es vielen schwer, darauf zu verzichten.

Soll ich jetzt nur noch Pflanzen essen?

Und leben die nicht auch????



Ja, tun sie. Wenn man z.B. mit ihnen spricht, wachsen sie besser. Man soll auch Pflanzen schon an Lügendetektoren angeschlossen haben und Reaktionen festgestellt haben. Sogar als Zeugen konnte man eine Pflanze schon nutzen.

Ist das jetzt besser als Tiere zu essen? Ich weiß es nicht. Vielleicht kann man Pflanzen nicht so sehr quälen wie Tiere? Ich weiß es ehrlich gesagt auch nicht. Sind Pestizide und genmanipulierte Pflanzen besser oder „gesünder“ als mit Antibiotika und Angst- und Stresshormonen versetztes Tierfleisch? Keine Ahnung.

Pflanzen kann man recht leicht mit wenig Mitteln selbst anbauen. Wenig Platz, weniger Wasser und weniger Leid. Und wenn man das selbst macht, dann nutzt man aller wahrscheinlich keine Pestizide. Vielleicht ist das ein gutes Argument. Gut, man könnte auch ein Huhn durch sein Wohnzimmer rennen lassen. Das wäre vielleicht auch noch eine Lösung – keine Ahnung.

Jetzt komme ich zu einem mindestens genauso wichtigem Thema: Das WIE. Ich glaube, dass es genauso wichtig ist, WIE ich etwas esse und nicht nur WAS ich esse. Wenn ich jetzt also beschlossen habe, mich nur noch „gesund“ zu ernähren, mir aber die Mohrrübe nur „hinterzwänge“ weil ich denke, dass ich das muss und weil es so gesund sein soll – dann ist das MIST! Und diese ach so gesunde Mohrrübe, wird mir und meinem Körper überhaupt nicht gut tun.

Hast Du schon mal einen Apfel gegessen, obwohl Du eigentlich Appetit auf Schokolade hattest? Ich ja. Mehrmals. Jedes Mal mit dem Ergebnis, dass ich erst den Apfel und DANN die Schokolade gegessen habe :o).

Wenn ich also das Stück Sachertorte mit Freude und Genuss esse, dann hat das für mich einen viel höheren Nährwert, als wenn ich mir lieblos die Möhre hinter schiebe. Esse ich aber die Sachertorte mit einer Einstellung wie: „Eigentlich ist das total ungesund, das macht mich eh wieder nur dick“. Dann kann ich auch gleich die Möhre essen ;)

Also mein Fazit:

Solange Dein Körper noch ein bisschen angeknautscht ist, macht es Sinn ihn mit nahrhaftem Lebensmittel, Vitaminen, Kräutern oder sonstigem zu unterstützen.



Hier mal ein paar Beispiele von Menschen, die recht alt geworden sind. Inwieweit die Aussagen stimmen, kann ich natürlich nicht beurteilen, da ich keinen von Ihnen persönlich kannte:

Quelle: <http://www.mz-web.de/7482628> ©2016

Johannes Heesters, hat 89 Jahre geraucht und noch mit 106 Jahren stand er auf der Bühne. Sein Alters-Geheimnis: «Disziplin, gesundes Leben und die positive Einstellung, dass ich mich als glücklichen Menschen sehe, auch wenn ich mich manchmal etwas einsam fühle»

Der 2007 gestorbene Ukrainer Grigori Nestor soll nach unbestätigten Angaben 116 Jahre alt geworden sein. Der Schäfer schwor auf die belebende Wirkung des weiblichen Geschlechts: Er sei immer ein «Schürzenjäger» gewesen. Steinalt sei er aber nur geworden, weil er nie heiratete und sich «nicht den nervlichen Belastungen des Familienlebens ausgesetzt» habe.

(Ja, auch eine Einstellung ;))

Der im Juli 2009 mit 113 als ältester Mann der Welt gestorbene Engländer Henry Allingham antwortete auf die Fragen nach seinem Rezept für ein hohes Alter: «Zigaretten, Whisky und wilde, wilde Frauen.»

Sein Vorgänger als «Rekord-Rentner» kam aus Japan und war bei seinem Tod im Juni ebenfalls 113 Jahre alt. Tomoji Tanabe glaubte an Askese als Erfolgsmittel: Er verkniff sich Alkohol und Tabak, trank täglich ein Glas Milch und stand jeden Morgen um halb sechs auf.

(geht also auch MIT Milch und ohne Sex ;)

Was habe sie nun alle gemeinsam? Ich glaube, die Freude. Die Freude am Leben, die Freude an dem was sie tun.

Waren sie Krank? Ich weiß es nicht. Aber ich denke, wenn ich „krank“ bin und mein Immunsystem schon ein bisschen angeknautscht ist, dann ist es vielleicht sinnvoll auf das zu achten, was ich zu mir nehme.

Damit meine ich natürlich Lebensmittel aber genauso meine Energienahrung. Also die Einstellung zu den Dingen. Wie z. B. zu der Möhre oder der Sachertorte. Also ist es wichtig, WIE ich esse. Wie ich Lebe.



Zur Ernährung gehören für mich im Übrigen auch noch andere Dinge. Z. B. Wie und womit ernähre ich meinen Geist? Wie und womit ernähre ich meine sozialen Bedürfnisse und Kontakte? Mit wem umgebe ich mich? Mit wem und/ oder was verbringe ich meine Zeit?

Aber darauf gehe ich ein anderes Mal ein.



Ich kämpfe gegen meine Krankheit

Warum gegen die MS kämpfen keine gute Idee ist

Ich kämpfe gegen meine Krankheit!

Puuuh..... anstrengend, oder?

Sich um seine Heilung zu kümmern ist gut und sinnvoll. Sich für die Heilung zu entscheiden auch.

Gegen etwas zu kämpfen.

Wie fühlt sich denn Kampf für Dich an?

Leicht oder schwer?

Fühlt es sich an wie Loslassen oder wie Festhalten?

Die Energie folgt immer der Aufmerksamkeit! Das worauf ich mich konzentriere verstärkt sich in meinem Leben.

Z. B. ich will dem und dem nicht über den Weg laufen. Und was passiert? Du triffst genau auf diesen Menschen. Ich will nicht wieder einen Partner der so und so ist. Und was passiert? Du „angelst“ Dir wieder genau so einen Partner.

HÖR AUF ZU KÄMPFEN!!!!

Konzentriere Dich auf Deine Heilung. Kümmere Dich um Deine Heilung.

Lass die „Krankheit“ los.

Hole die Heilung in Dein Leben.

Das worauf Du Dich fokussierst, kommt in Dein Leben.

Ein Beispiel: Du entscheidest Dich dafür, ein bestimmtes Auto zu kaufen. Plötzlich hast Du das Gefühl, dass die meisten Menschen genau dieses Auto fahren.

Oder Du oder ihr seid schwanger und plötzlich siehst Du nur noch schwangere Frauen und Kinderwagen.



Das heißt also, wenn Du Dich mit Heilung anstatt mit dem Kampf gegen die MS beschäftigst, werden Dir viele Möglichkeiten „über den Weg laufen“. Dir wird ein Buch in die Hand fallen. Ein Bericht. Ein Arzt. Eine Empfehlung usw.

Es darf leicht sein! Auch Heilung darf leicht sein. Vertraue darauf, dass sich alles im richtigen Moment zeigen wird.

Wenn Du gegen die MS kämpfst, ist es schwer. Du hältst die „Krankheit“ fest. Du bist wütend. Energielos. Mutlos. Verzweifelt. Traurig. Siehst keinen Ausweg.

Ist Kampf etwas Gutes? Wie sieht es aus, wenn Menschen sich bekämpfen? Wie fühlt es sich an, wenn Du diese Bilder siehst? Du kämpfst gegen Dich selbst: Du kämpfst gegen Deinen Körper. Wie würdest Du mit jemanden umgehen, der immer mit oder gegen Dich kämpfen will? Würdest Du den noch sehen wollen? Vermutlich nicht. Dein Körper will Dich mit dieser „Krankheit“ auf etwas aufmerksam machen. Und Du hältst Deine Ohren zu und schreist ganz laut. Dein Körper kann sich so ohne weiteres nicht von Dir trennen. Wenn Du aber überhaupt nicht zuhören willst, kann auch das passieren....

Darum die Müdigkeit. Des Lebens müde sein.

Meine Empfehlung an Dich: Hör endlich auf zu kämpfen!

Sage: Ja, lieber Körper, ich verstehe, dass Du mir etwas sagen willst, ich kann es leider (noch) nicht verstehen.

Dann wird es leichter :o)



MS- geheilt. Geheilt von Unwahrheiten.

... so wollte ich das Buch eigentlich nennen.

Denn über was für Unwahrheiten ich in den letzten Jahren „gestolpert“ bin, hätte ich mir vorher niemals vorstellen können.

Wir sind so aufgewachsen, dass der Gang zum Arzt selbstverständlich ist. Das uns der Arzt sagt, ob wir gesund oder krank sind. Das der Arzt natürlich immer Recht hat – denn er weiß es doch schließlich. Und wir sind es gewohnt, dass wir immer ein Mittelchen gegen alles Mögliche bekommen.

Wir sind so aufgewachsen, dass wir selten gelernt haben die Verantwortung für die Dinge in unserem Leben selbst zu übernehmen. Immer sind die anderen schuld – an was auch immer.

Mein Partner, an der (schlechten) Beziehung.

Die Arbeitskollegen an dem schlechten Arbeitsklima oder der Chef an den Ungerechtigkeiten.

Die Impfungen, Borrelien oder was auch immer an der MS.

Das führt einfach dazu, dass wir uns oft in einer Opferhaltung befinden – aus der wir jedoch schlecht agieren können. Denn wenn alle anderen immer an meinem Leid schuld sind, dann bin ich ein Opfer. Dann bin ich machtlos. Dann muss ich darauf warten, dass sich die Dinge im Außen ändern.

Z. B. Auf ein Mittel, das endlich die MS heilt.

Du wirst darauf vermutlich vergeblich warten.

Wenn Du annehmen kannst, dass alles was in Deinem Leben ist, egal ob schön oder unschön, etwas mit Dir zu tun hat dann liegt es auch in Deiner Macht, das zu beeinflussen und zu verändern.



Wenn Du krank bist, dann ist das der Aufschrei Deiner Seele, dass Du endlich etwas in Deinem Leben verändern solltest. Dinge anschauen, die Du bisher vielleicht nicht sehen wolltest.

Von daher ist auch eine Medikamenteneinnahme „unlogisch“. Wenn Du Dich damit besser fühlst, dann ist das in Ordnung. Du solltest Dir jedoch bewusst machen, dass diese Medikamente Dich nicht heilen können (stand heute).

Denn wenn die Ursache in Dir liegt, kann dann von außen etwas Dich heilen? Ich glaube, dass es Heilmittel (nicht Medikamente) gibt, die uns bei der Heilung unterstützen können. Aber Du musst auch Deinen Teil dazu tun. Aktiv sein.

Unser „Gesundheitssystem“ ist leider nicht wirklich auf Gesundheit und wirkliche Heilung ausgelegt. Es fließen Milliarden ohne dass die Menschen davon wirklich gesund werden.

Die Lügen:

Es stimmt nicht, dass wir uns nicht selbst heilen können.

Es stimmt nicht, dass Heilung (nur) mit Ärzten und den Pharmafirmen möglich ist.

Es ist nicht wahr, dass Multiple Sklerose nicht heilbar ist.

Was in unserem Gesundheitssystem „abgeht“ hat mit Gesundheit leider nicht mehr allzu viel tun. Da gibt es Medikamente, die uns wegen der Nebenwirkungen mehr schaden als helfen. Da gibt es Ärzte, die nur ein bisschen operieren, damit der Patient noch mal wieder kommt oder operieren, obwohl das nicht nötig gewesen. Da gibt es Medikamente, die überhaupt nicht helfen. Da gibt es Krankheiten, die überhaupt keine sind.

Da uns nie jemand gesagt hat, dass wir uns selbst heilen können, haben wir es auch nie versucht. Ja, im Leben würden wir nie daran denken. Denn dafür ist ja der Arzt zuständig. Wenn wir jetzt aber wieder auf die Entstehungsgeschichte unseres Gesundheitssystems denken, dann darf man sich gerne nochmal die Frage stellen, ob der Dr. med. wirklich dafür gedacht ist uns zu heilen....

Natürlich ist es oft wichtig, dass wir jemanden haben, der uns bei unserer Heilung unterstützt oder uns mit Heilmitteln hilft. Aber Du kannst Deine Heilung nie an andere abgeben. Du darfst diesen Weg ganz bewusst und in Eigenverantwortung gehen.



Unser Gesundheitssystem - oder warum es schwer wird auf diesem Weg gesund zu werden.

Wie es entstand, habe ich ja bereits erzählt.

Jon D. Rockefeller hat eine Chemikalie entwickelt, für die er den Verkäufer Dr. Med. konzipiert hat, Krankenhäuser und Universitäten gebaut und alle instruiert, wie, wer, womit behandelt werden soll.

Medikament gegen alle Krankheiten war natürlich immer die Chemikalie, die Rockefeller unter die Leute bringen wollte.

Wie ist das heute?

Den Dr. Med. kennen wir alle. Der ist geblieben. In dem Moment wo er ein Rezept ausstellt, verkauft er ein Medikament. Dazu natürlich noch seine Dienstleistung.

Die rechtliche Grundlage, für die Behandlung als Kassenpatient ist diese hier:

Sozialgesetzbuch (SGB) Fünftes Buch (V) - Gesetzliche Krankenversicherung - (Artikel 1 des Gesetzes v. 20. Dezember 1988, BGBl. I S. 2477)

§ 12 Wirtschaftlichkeitsgebot

(1) Die Leistungen müssen ausreichend, zweckmäßig und wirtschaftlich sein; sie dürfen das Maß des Notwendigen nicht überschreiten. Leistungen, die nicht notwendig oder unwirtschaftlich sind, können Versicherte nicht beanspruchen, dürfen die Leistungserbringer nicht bewirken und die Krankenkassen nicht bewilligen.

(2) Ist für eine Leistung ein Festbetrag festgesetzt, erfüllt die Krankenkasse ihre Leistungspflicht mit dem Festbetrag.

(3) Hat die Krankenkasse Leistungen ohne Rechtsgrundlage oder entgegen geltendem Recht erbracht und hat ein Vorstandsmitglied hiervon gewußt oder hätte es hiervon wissen müssen, hat die zuständige Aufsichtsbehörde nach Anhörung des Vorstandsmitglieds den Verwaltungsrat zu veranlassen, das Vorstandsmitglied auf Ersatz des aus der Pflichtverletzung entstandenen Schadens in Anspruch zu nehmen, falls der Verwaltungsrat das Regreßverfahren nicht bereits von sich aus eingeleitet hat.

Quelle: https://www.gesetze-im-internet.de/sgb_5/BJNR024820988.html



Und was Notwendig ist, legen die medizinischen Leitlinien fest. An diese muss sich jeder Arzt halten. Da steht ganz genau drin, wann, wer, wie, womit behandelt werden darf. Egal, ob der Arzt anderer Meinung ist oder nicht. Auch wenn er weiß, dass das dem Patienten nicht hilft, muss er sich daran halten und genauso vorgehen.

Und dann gibt es noch die Pharmafirmen, die an gesunden Patienten nicht interessiert sind. Nur ein kranker Patient ist ein lukrativer Patient.

Wenn es keine Krankheiten gibt, dann werden halt welche erfunden. Manchmal liegen auch noch irgendwelche Mittelchen rum, die unter die Leute gebracht werden sollen. Ganz nach der ursprünglichen Manier von John D. Rockefeller. Den Verkäufer gibt es nur schon und die Medien werden mit einbezogen – das nennt sich dann Marketing.

Ich glaube „Krankheit“ ist der größte Wirtschaftszweig in unserer jetzigen Welt.

Und warum funktioniert das?

Weil wir leichtgläubig sind. Weil wir obrigkeitshörig sind. Weil wir glauben, dass Ärzte IMMER recht haben. Weil wir gerne die Verantwortung abgeben. Weil wir uns Angst machen lassen.

Es gibt eine neue Grippe – lasse Dich ganz schnell Impfen. Es ist übrigens jetzt auch wissenschaftliche bewiesen, dass die Gripeschutzimpfung nicht gegen die Grippe hilft.

Gehe zur Vorsorge – damit man Dir irgendetwas andichten kann, auch wenn da überhaupt nichts sein sollte. Ein gutes Beispiel aktuell dafür ist, die Erkenntnis, dass Mammografien den Frauen mehr schaden als nutzen. Durch die Strahlung der Mammografie und weil viele Frauen überhaupt nicht hätten operiert und nicht gegen Krebs behandelt werden müssen. Respekt und meine höchste Wertschätzung den Frauen gegenüber, die TROTZ CHEMO überlebt haben. Das würden die wenigsten gesunden Menschen überleben.

Ich will jetzt aber trotzdem nicht unser gesamtes Gesundheitssystem als die Bösen bezeichnen.

Es gehören immer zwei dazu. Wenn wir alle nicht mitspielen würden, würde das nicht funktionieren. Und in einigen Fällen kann die Schulmedizin auch wirklich helfen.

Also, wenn Du magst, übernimm die Verantwortung für Deine Gesundheit und gebe sie nicht an irgendwen anderes ab - das funktioniert nicht.



Niemand anderes als Du selbst kann Dich heilen. Natürlich ist es gut, wenn wir dafür eine Begleitung und Unterstützung haben. Ob das die Schulmedizin sein soll – die Entscheidung darfst Du für Dich ganz allein treffen. Die Medikamente der Schulmedizin können Dich, bis zum jetzigen Zeitpunkt, jedenfalls nicht heilen.



Wenn die Schulmedizin Dich heilen könnte...

Warum fälschen die Pharmakonzerne ihre klinischen Studien, wenn die Schulmedizin doch tatsächlich den Menschen helfen könnte?

Warum wird der sogenannte Placebo- Effekt aus den Studien herausgenommen?

Warum operieren Chirurgen ihre Patienten gelegentlich nur zum Teil? Z. B. Nur einen Teil des Meniskus?

Warum werden Werte nach Belieben angepasst? Z. B. der Wert des erhöhten Blutdruckes nach unten „korrigiert“?

Warum werden Krankheiten erfunden?

Warum wird behauptet, dass Gift heilen kann? (z. B. Chemo)

Warum sind in den meisten Impfstoffen mehr Stoffe die uns schaden, als uns helfen? Z. B. Quecksilber, Formaldehyd und Aluminium.

Warum werden Säuglinge geimpft (auch mit Aluminium) wenn doch bewiesen ist, dass der Körper eines Säuglings noch überhaupt keine Antikörper bilden kann?

Warum haben Medikamente in der Regel mehr Nebenwirkungen, als Inhaltsstoffe, die uns heilen könnten?

Warum werden die Naturheilkunde und andere alternative Behandlungsmethoden, häufig von der Schulmedizin bekämpft, wenn Sie doch angeblich eh nicht heilen können?

Warum werden immer noch Gripeschutzimpfungen empfohlen und durchgeführt, obwohl mittlerweile bewiesen worden ist, dass sie keinen Schutz bietet?

Warum werden Mammographien durchgeführt, obwohl bewiesen worden ist, dass die Strahlung oft mehr schadet, als der Vorsorge nützt?



Warum bekommen Menschen mit Multiple Sklerose Medikamente, von denen man nicht wirklich weiß, ob sie helfen?

Warum bekommen Menschen mit Multiple Sklerose bei einem Schub die Kortisonstoßtherapie, obwohl hier keine medizinische Wirksamkeit bewiesen worden ist?

Ich könnte die Liste noch beliebig fortführen.

Aber hier eine Antwort, auf die zuvor gestellten Fragen:

Quelle: <http://www.europnews.org/2013-07-31-der-sinn-der-schulmedizin.html>

[....]

Der Sinn der Schulmedizin

Es wird allerdings eine sehr wichtige Sache erreicht: Die unverschämte finanzielle Bereicherung einiger weniger mächtiger Pharma-Unternehmen. Und dies, meine Freunde, ist der eigentliche Sinn der Schulmedizin: Die Gewinne für große Pharmakonzerne zu stabilisieren, die ernstzunehmenden Gesundheitsprobleme der Bevölkerung beiseite zu schieben und die verbrecherische Ausbeutung der Reichen, der Armen und der kürzlich Versicherten zu intensivieren, um Krankheit in Profit zu verwandeln.

Das bedeutet Schulmedizin für Sie. Ich bin überaus glücklich, dass ich sie nicht nutze.

[....]

Fragen beantwortet?

Du glaubst, so krass kann es nicht sein?

Naja, dann denke doch einfach noch mal kurz an die Entstehungsgeschichte der heutigen Schulmedizin...



Beispiele, wie ich meine Symptome wieder „weg bekam“

Ich möchte Dir hier gerne Beispiele von einigen meiner MS-Symptome erzählen und wie ich es schaffte, dass sie innerhalb weniger Tage wieder verschwanden- ohne Medikamente.

Scheiße, ich kann nicht mehr richtig laufen!!!

Ich habe heute wieder einen Termin bei meinem Orthopäden. Er renkt mich, wie immer, wieder ein und testet noch ein paar Sachen aus. Ich mache noch eine Biomodulation und gehe wieder nach Hause. Am nächsten Tag fühle ich mich komisch. Mein rechtes Bein will irgendwie nicht so richtig. Ich denke mir nichts weiter dabei. Ein paar Tage später mache ich einen Spaziergang mit meinem Partner. Nach etwa einer halben Stunde macht mein rechter Fuß nur noch "platsch" und mein rechtes Bein tut weh. So ein Mist. Ich schaffe es irgendwie nach Hause.

Am nächsten Tag habe ich das Gefühl, dass es wieder besser geworden ist. Aber als ich wieder raus gehe, merke ich wieder nach kurzer Zeit: Scheiße, es geht nicht. Ich kann nicht mehr richtig laufen!

So geht das einige Zeit weiter. Zu Beginn dachte ich, es geht vielleicht von alleine wieder. Das tat es nun aber leider nicht. Ich war verzweifelt. Fühlte mich hilflos und verstand es einfach nicht.

Was sollte ich nun tun?

Kortisonstoßtherapie? Da wusste ich, da geht es mir hinterher nur noch schlechter. Wieder Immunglobuline? Wollte ich eigentlich nicht mehr. Und wer sagt, dass das dann wirklich hilft?

Ich wurde ein bisschen panisch. Ich sagte mir immer wieder den Satz: Ich bin gesund und fit bis an mein Lebensende, weil ich das so will. Es tat sich trotzdem auch in den nächsten Tagen nichts.

Ich griff zum Telefonhörer und rief meine Dame an, die mir mein Orthopäde empfohlen hatte. Ich erzählte ihr, was passiert war.



Sie gab mir eine Nummer durch. Diese sollte ich einige Tage immer wieder wiederholen, mir auf einen Zettel und auf das Bein schreiben. Das kam mir komisch vor, aber es tat nicht weh und probieren konnte ich es ja.

Nach einiger Zeit spürte ich wie sich das, was mein Bein blockierte, auflöste. Es dauerte ein paar Tage, dann war alles wieder gut.

Klingt das verrückt? Na klar! Aber wie! So kam ich mit dem Heilen mit Zahlen in Berührung. Einer der Bekanntesten Heiler, der mit Zahlen arbeitet, ist Grigori Grabovoi.

Seit dem arbeite ich viel mit Zahlen. Auch wenn ich sonst keinen besonders guten Draht zu ihnen habe. In Mathe war ich nie besonders gut ;o) Aber das Anwenden von Zahlen, bei der Heilung, hat mir schon viel geholfen. Und man kann sie für alles nutzen. Nicht „nur“ für die Gesundheit. Zwischendurch „rufe ich auch einfach Zahlen“ für mich ab. Wenn ich irgendein Problem habe, dann kommt mir oft eine Zahl in den Sinn. Die schreibe ich mir dann auf und nutze sie solange, bis das „Problem gelöst“ ist. Verrückte Welt, oder ;o)?

Die Sehnerventzündung:

Ich bekam eine Sehnerventzündung!

Und das einige Jahre NACH dem die Diagnose gestellt worden ist.

Ich dachte mir: Ok, was soll das jetzt? Ich fühlte mich nicht krank. Ich zweifelte auch nicht an meiner Heilung. Also was will mir das sagen?

Vor allem: Das MS- Symptom überhaupt. Klischee mäßiger ging es nicht ;o)

Ich ging die Symptome durch:

Mein Auge tat weh, wenn ich es bewegte.

Ich spürte einen Druck.

Ich sah schlecht.

Zusammengefasst: Schmerz. Druck. Und etwas nicht sehen können oder wollen.

Innerer Druck den ich selbst aufbaute. Und dann gab es noch etwas, dass ich nicht sah.

Ich spürte, dass ich alleine nicht weiter kam. Also rief ich eine liebe Freundin an, die Mentalcoaching, Innenweltreisen usw. macht. Denn ich erlebe es gelegentlich, dass ich bei mir selbst „betriebsblind“ bin. Wir sind an uns selbst oft zu dicht dran und können



die Dinge manchmal nicht mit dem nötigen Abstand bzw. mit der Sicht von außen betrachten. Selbst der beste Coach oder Mentaltrainer braucht gelegentlich den Blick und die Unterstützung von außen. Ich erzählte ihr von der Situation und wir machten quasi eine Innenweltreise zu meinen Augen. Ich merkte, dass sich währenddessen schon altes löste. Alte Gefühle, alte Gedanken.

Obwohl sie eine liebe Freundin ist, gab es übrigens eine Rechnung. Das ist Ok und auch wichtig. Für Sie und auch für mich. Das war für mein Bewusstsein für mein System: Ok, Du hast jetzt wirklich etwas getan.

Am nächsten Tag war es noch nicht besser. Im Gegenteil. Mir ging es richtig schlecht. Ich hing in einem emotionalen Tief von: Das Leben ist scheiße, ich kann nicht mehr, ich will nicht mehr. Der ganze alte emotionale Rotz kam mit einem Mal hoch. Ich rief meine Freundin wieder an. Sie redete auf mich ein und bestärkte mich, dass ich doch schon viel geschafft habe. Dass das alte Muster sind und ich doch schon viele andere positive Dinge erlebt hatte.

Es fiel mir schwer, mich aus meiner negativen Spirale zu lösen. Ich hielt daran fest.

Nach ca. einer Stunde ging es wieder. Ich konnte den ganzen alten Rotz loslassen. Ich arbeitete für mich noch mal mit der Methode von Byron Katie und dann war es gut! Mein Drama war beendet und die ganzen alten Gefühle losgelassen. Es dauerte noch zwei Tage dann war mein rechtes Auge wieder vollkommen OK. Der Schmerz und der Druck waren weg. Auch die Sehkraft war wieder hergestellt.

Zuvor war ich übrigens bei einer Augenärztin gewesen- allerdings wegen etwas ganz anderem. Und diese hatte die Sehnerventzündung dann zuvor auch schulmedizinisch festgestellt.

Sie machte unter anderem den Test der Pupillenreaktion. Sie hielt also das Licht in meine Augen und die Pupillen wurden größer statt kleiner. Sie hatte auch einen Rat für mich, na gut, eigentlich war es mehr ein Befehl: Ich solle SOFORT und umgehend zum Neurologen!!! Ich könnte sonst blind werden.....

Äähmm..... NÖ!

Denn was hätte das gebracht?

1. MRT – für was? Um zu bestätigen, was man doch eh schon weiß?
2. Kortisonstoßtherapie die mir nicht hilft, sondern dafür sorgt, dass es mir noch besch.... gehen würde als vorher.



Außerdem spürte und wusste ich, dass das wieder vorbeigehen würde. Und so war es dann ja auch :o) Ich habe übrigens während der Sehnerventzündung echt schöne Bilder gesehen, wenn der Raum ganz dunkel war. Tolle Muster in tollen Farben ;o)

Meine Beine werden „pelzig“

Meine Beine zwischen den Knien und der Wadenmitte fühlten sich „pelzig“ an. Gut dachte ich, was ist denn jetzt? Als das nach einer Weile nicht wieder verschwand und ich es nicht alleine auflösen konnte, ging ich zu meiner Heilpraktikerin/ Kinesiologin.

Mit Ihrer Hilfe habe ich auflösen können, was meine Beine mir gezeigt haben. Also auch hier wieder: Ursache gefunden – aufgelöst – Symptom weg.

Was haben diese drei Beispiele gemeinsam?

Bei allen drei Beispielen habe ich die alten Gefühle, die ich irgendwo vergraben hatte, angeschaut und losgelassen.

Die Beispiele zeigen auch, dass wir uns letztendlich nur selbst heilen können, denn es ist ja unser „alter Kram“. Häufig brauchen wir dafür Unterstützung von außen. Jemanden der uns dabei hilft, unsere alten Wunden zu sehen, uns zeigt was geheilt werden will, was angeschaut werden will und der uns das Pflaster reicht.

Das ist der Unterschied zur Schulmedizin. Diese macht nur die Symptome weg, aber heilt nicht die Ursache. So zeigen sich die Symptome solange, bis die Ursache geheilt ist. Und natürlich werden sie immer stärker.

Heilung liegt immer in uns selbst und was heute noch ein Drama ist, kann morgen schon ganz anders sein.

Andere Menschen würden vielleicht Kopfschmerzen, eine Erkältung oder Rückenschmerzen bekommen. Die MS Symptome waren halt der Weg meines Körpers, für den ich mich offensichtlich entschieden habe.

Und sollte noch mal etwas kommen? Ja, was soll dann sein?

Hinschauen- Hinfühlen- Auflösen :o)

Wenn Du Deine MS heilen willst, dann geht es darum, Deinen eigenen Weg zu finden. Und ein paar Basics können Dir dabei helfen, wie zum Beispiel das Treffen der



Entscheidung, dass Du wirklich- WIRKLICH gesund sein willst. Ich lege Dir nochmal den Videokurs mit den 9 wichtigsten Basics ans Herz. Mit diesen habe ich meine MS geheilt und sie haben mein ganzes Leben zum Positiven verändert.

Nur für Dich: Du sparst 40,00 Euro. Hier ist der Link zu dem Kurs:

<http://multiple-sklerose-heilen.de/mskurs-besonderes-angebot/>



DAS Wundermittel gegen Multiple Sklerose

... oder die Pille gegen MS

....gibt es nicht :o)

Aber wie schön wäre das? Oder? Ein Traum :o)
Einmal Pille schlucken. Fertig. Großartig.

Thema erledigt!
Aber.... *räusper*.... da war noch etwas...
Echt? Was denn nun noch????

Naja, wenn wir jetzt also davon ausgehen, dass unserem Körper niemals langweilig ist (er hat ja schließlich genug zu tun), er uns auch nicht für irgendetwas bestrafen will, dann gibt es noch eine (wichtige) Option: Er will uns etwas sagen.

Echt!

Und er will Dir etwas sagen, was für DICH wichtig ist. Darum ist es wichtig, dass Du hinschaust.
Dass Du zuhörst.

Und das mit der Pille kennen wir von Mr. Pharma. Die Symptome sind vielleicht weg. Aber nur solange, wie wir die Pille(n) weiter nehmen. Könnte dann also sein, dass die Ursache immer noch da ist, oder?

Also wieder nix mit einfach Pille nehmen und gut ist ;o)

Gibt es denn überhaupt DIE EINE SACHE, die hilft die MS zu heilen?

Ich glaube, die gibt es nicht. Zumindest habe ich das so erlebt.

Nehmen wir zum Beispiel die Theorie, dass man allein mit der Umstellung der Ernährung geheilt sein kann. Dazu hat Brigitte Judith Lang ein Buch mit dem Titel: „Multiple Sklerose ist heilbar“ geschrieben.
Auf ihrer Internetseite konnte ich 2015 lesen, dass sie nun wieder im Rollstuhl sitzt. Sie aber nichts bereut und ihre Zeit und ihr Leben bis dahin sehr genossen hat.
Leider gibt es die Seite nicht mehr.

Das bestätigt meine Erfahrung, dass es allein mit der Nahrungsmittelumstellung nicht getan ist.



Natürlich fühlen wir uns schlagartig besser, wenn wir beginnen uns mit unserer Ernährung zu beschäftigen und unsere Ernährung umzustellen. Dann stellen wir nämlich fest, dass es Nahrungsmittel gibt, die uns richtig Power geben. Und das ist auf jeden Fall schon eine gute Basis. Ich glaube, bzw. ich bin davon überzeugt, dass wenn wir MS haben, dass es Themen gibt, die wir auflösen dürfen. Wo wir hinschauen sollten.

Vielleicht kann man es als ganzheitliche Entgiftung betrachten. Alles, was uns nicht gut tut, zu verändern. Glaubenssätze, Anschuldigungen gegen uns selbst und andere. Dass wir unser Leben wieder selbst in die Hand nehmen und nicht darauf warten, dass uns irgendjemand heilt. Das funktioniert nicht.

Ich bekomme immer wieder die gleichen Fragen gestellt:
Welches Zaubermittel gibt es denn nun?
Was kann ich nehmen, damit die MS geheilt ist?
Wie hast Du das gemacht?
Bei wem warst Du?
Was nimmst Du?
Was kannst Du mir empfehlen?

Bis auf: Wie hast Du das gemacht kann und werde ich keine Antworten geben.
Für die Heilung der MS gibt es kein Zaubermittel, was man einmal nimmt und dann ist die MS wusch und weg.

Heilung geschieht auf verschiedenen Ebenen und mit verschiedenen (Heil)Mitteln.
Es gibt kein Patentrezept oder einen genauen Ablaufplan.
Mache erst A, dann B, anschließend C, dann noch D, im Anschluss daran E und dann.....
Nein, so läuft das nicht ;-)

Was ich jedoch erkannt habe ist, dass es ein paar Basics gibt, die man unbedingt anwenden sollte, wenn man gesund werden will.
Wenn Du Lust hast noch ein bisschen weiter in das Thema Heilung einzusteigen und wissen möchtest welche „Wundermittel“ es tatsächlich gibt dann empfehle ich Dir von Herzen den online VideoKurs:

Die 9 wichtigsten Erkenntnisse, mit denen ich meine MS geheilt habe – [hier gehts zu den 9 Basics](#).

Ich lade Dich herzlich dazu ein. Das kann Dein ganzes Leben verändern. Zumindest hat es das bei mir getan. Gehe dazu einfach auf: <http://multiple-sklerose-heilen.de/mskurs-besonderes-angebot/>



Nutze dafür einfach den Gutscheincode: **1besonderes_angebot<3**
Und du sparst 40,00 Euro.

Ich glaube, dass die MS immer ein Wegbegleiter sein kann. Die einen bekommen Migräne, andere eine Erkältung und bei uns können sich vielleicht auch immer mal wieder MS Symptome zeigen, wenn etwas im Ungleichgewicht ist.

Wenn wir es als solches betrachten, ist es auch weniger dramatisch oder angsteinflößend.

Wir sollten also immer auf uns achten. Wie es uns gerade geht und wenn sich ein Symptom zeigt, das Annehmen und schauen wo die Ursache liegt und das auflösen.



Multiple Sklerose – Die Krankheit der 1.000 Verletzungen

Was meine ich damit?

Multiple (mehrere)

Sklerose (Verhärtung von Geweben oder Organen)

Entzündungen im Nervensystem (Schaltzentrale unseres Körpers)

Ent – Zündung. Da hat sich etwas Ent- Zündet.

Läsionen von lateinisch: laesio – Verletzung.

Verletzungen lassen uns manchmal innerlich verhärten. Und die Wut und der Frust brennen in uns. Es ent- zündet sich. Entzünden ein Feuer in uns, was uns manchmal nicht bewusst nicht.

Du darfst Dir die folgenden Fragen stellen - wenn Du magst:

Welches Unrecht glaubst Du, ist Dir angetan worden?

Welche Verletzungen sind noch nicht geheilt?

Was ist Dir schlimmes Wiederfahren?

Wer war vielleicht grausam zu Dir?

Wer hätte für Dich da sein sollen und war es nicht?

Was macht Dich heute noch wütend?

Wo fühlst Du Dich heute noch hilflos?

Welches Thema aus der Vergangenheit brennt noch in Dir und macht Dich wütend?

Ja, uns geschehen manchmal grausame Dinge in unserem Leben. Unfaire Dinge. Ungerechtigkeiten. Gewaltsames. Trauriges. Dinge, die uns hilflos und wütend machen.

Wenn Du an diesen Dingen festhältst. Wenn Du andere anklagst, wenn Du nicht in Frieden mit der Situation sein kannst und wenn Du jetzt MS hast, dann möchte ich Dir gerne eine Frage stellen:

Wem schadest Du mit dieser Einstellung - jetzt gerade - am meisten?

Geht es dem Anderen jetzt schlecht oder Dir? Ist der Andere krank oder Du?



Verstehe mich nicht bitte nicht falsch. Ich heiÙe es nicht gut, wenn unfaire Dinge passieren. Überhaupt nicht. Aber Du hast wegen einer oder mehrerer Situationen bereits genug gelitten, oder? Willst Du wirklich weiter leiden? Weil irgendwann mal etwas Schlimmes passiert ist?

Genügt es nicht, wenn es Dir einmal richtig mies ging? Willst Du das wirklich weiter haben?

Weißt Du, es liegt in Deiner Macht. Es ist Deine Ent - Scheidung. Die Scheidung von dieser Wahl. Du kannst eine andere Wahl treffen.

Es geht um den Frieden in Dir. Es geht nicht darum gut zu heißen, was Andere Dir angetan haben.

Es geht um Deine Gesundheit. Um Dein Leben. Um Deine Lebensqualität.

„Sei glücklich (und gesund), denn damit ärgerst Du sie am allermeisten.“

Wie fühlt sich das an?

Mir geht es gut, trotz.....

Du hast mich nicht kleinbekommen, obwohl....

Ich bin gesund und fit, egal was war....

Es ist mein Leben und ich nehme es JETZT in meine Hand.

Fühlt sich das kraftvoll an?

Kraftvoller als: Ich kann nichts dafür. Mir geht's so elend. Mir kann einfach niemand helfen. Wer weiß, wo das noch endet?

Du hast also Einfluss darauf, wie es Dir geht. Was Du fühlst. DU kannst es ändern.

Niemand sonst.

Es ist eine MEGA Chance.



Wer oder was hat Schuld an meiner Krankheit?

Natürlich wäre es erst mal einfacher gewesen, andere Schuldige zu suchen. Zum Beispiel, meinen Mann, der fremdgegangen ist. Meinen Bruder, der sich selbst umgebracht hat. Meine Mutter, die mich als Kind massiv misshandelt hat. Mein Vater, der nie für mich da war und mit 42 Jahren starb.

Aber hätte irgendjemand von ihnen mir die Multiple Sklerose wieder abnehmen können? Ändert es irgendetwas daran, dass ich die Multiple Sklerose hatte, wenn irgendwer oder irgendetwas daran Schuld hat?

Für mich gibt es so etwas wie Schuld nicht.

Lag es an irgendwelchen Impfungen? An irgendwelchen Medikamenten? An irgendwelchen Viren? Daran, dass sich der Zeiger rechts rum und nicht links rum dreht.... ;) ?

Es werden ja immer irgendwelche Aussagen getätigt, dass nun DER Auslöser für die MS gefunden worden ist. Ich halte das für Blödsinn – den EINEN Auslöser für ALLE MS Patienten.

Nehmen wir z. B. die Impfungen. Ja, da ist viel Käse drin. Unter anderem auch sehr viel Aluminium. Ich z. B. bin noch ein „Ost-Kind“. Da waren die Impfungen noch heftiger als in „Westdeutschland“.

Aber JEDES Kind ist doch geimpft worden. Dann hätten doch alle MS, oder nicht?

Ja, es gibt mit Sicherheit Dinge, die diese „Krankheit“ unterstützen. Sie sind aber nicht die Ursache.

Da also keine äußeren Einflüsse MEINE Krankheit ausgelöst haben kann, hat sie etwas mit mir zu tun – und zwar nur mit mir.

Und weißt Du was so großartig daran ist?

Wenn nur ich -ganz alleine- diese „Krankheit“ geschaffen habe, dann kann ich sie auch wieder gehen lassen.



Wenn ich also die Verantwortung für meine Krankheit übernehme und sage: „Ok, ich habe Dich irgendwie erschaffen“. Dann kann ich sie auch wieder „ab-schaffen“ ;o).

Das heißt, ICH kann handeln. ICH habe Einfluss. Ich kann es ändern <3.



Ursachenfindung

Findest Du die Ursache, warum Du Multiple Sklerose bekommen hast, dann kann sie auch wieder gehen. Das ist ein bisschen so, als wenn Du einen kleinen Stein in Deinem Schuh hast, Du den Stein jedoch nicht siehst. Trotzdem drückt und stört der Stein. Irgendwann tut er richtig weh. Du kannst jetzt ein Schmerzmittel nehmen, dann tut es erst mal nicht mehr weh. Du kannst Deinen Fuß ein bisschen schütteln, so dass der Stein woanders hin rutscht. Aber erst, wenn Du nochmal genauer nachschaust, den Stein findest und aus Deinem Schuh entfernst, wirst Du endgültig keine Schmerzen mehr haben.

Manchmal treffen wir unbewusst, zum Beispiel nach einem traumatischen Ereignis in unserem Leben, eine Entscheidung die die Multiple Sklerose verursachen kann.

Dazu kann gehören z. B.:

Ich will nicht mehr Leben,
ich kann so nicht mehr Leben,
es ist gut wenn ich krank bin, weil.....
usw.

Dir wird das vielleicht nicht bewusst sein. Aber es lohnt sich, sich für diesen Gedanken zu öffnen und sich auf die Suche zu begeben.

Keine Krankheit kommt einfach so in unser Leben.

Wenn wir eine Krankheit bekommen hat das immer einen Grund. Eine Ursache – einen Auslöser.

Wenn wir diesen finden, können wir ihn auch wieder auflösen.



Ursache der MS bei mir

Ja, warum also MS?

Mein Vater war Krankenpfleger. Er war also für kranke Menschen da. Für mich war er nie da. Er beschütze mich auch nicht vor meiner Mutter, die mich verprügelte, misshandelte, quälte und schlug. Also war die logische Schlussfolgerung für die kleine Lisa: Wenn mein Papa sich also um kranken Menschen kümmert, dann werde ich krank. Dann kümmert er sich auch endlich um mich.

Als ich klein war, hatte ich allerdings noch nicht die Diagnose MS. Das war die Ursache. Der Auslöser kam später durch die Fremdgehaktion von meinem Mann.

Unbewusst projizierte ich das, was ich wegen meines Vaters beschloss, auch auf die anderen Männer in meinem Leben. Natürlich war mir das nie bewusst. Im Gegenteil. Mir war es immer wichtig, keine Sonderbehandlungen aufgrund meiner „Krankheit“ zubekommen.

Als mein Mann damals fremdging, ging das mit der MS los. Da war es dann wieder die kleine Lisa, der es schlecht ging. Die wollte, dass sich ihr Mann (Vater) um sie kümmerte. Natürlich passierte das nicht.

Das Thema, unsere inneren Kinder, ist wirklich sehr spannend und lohnt sich, sich damit einmal zu beschäftigen.

Auch bei zwei meiner Arztbesuche, bei meinem tollen Orthopäden, kam ich hinterher mit den schlimmsten MS- Symptomen, die ich jemals hatte, aus dem Termin. Mein rechtes Bein reagierte nicht mehr. Ich konnte schlecht laufen.

Da hat die "kleine Lisa" den Vater auf den Arzt projiziert.

Leider sind uns solche Dinge nicht bewusst. Das ist ja nichts, was man mit Absicht macht. Das sind unsere unbewussten Programme, die in uns gespeichert sind und irgendwann mal zu unseren Schutz verankert wurden.

Alleine wäre niemals auf diese Zusammenhänge und dieser Erkenntnis gekommen.

Darum höre immer auf Deine innere Stimme. Nimm Dein außen wahr, damit Du Dein inneres erkennen kannst. Wenn Dinge sich wiederholen, dann hat es immer etwas mit Dir zu tun und Deinen Mustern. Vielleicht auch mit Versprechen, Schwüren oder abgelegten Eiden.



Andere Beispiele von Heilungen: (ich bin nämlich kein Einzelfall ;o)

Hier ein paar an mich persönlich heran getragene Beispiele von Heilung:

Sabrina:

Hallo Lisa :-)

ich habe die Diagnose seit 2005, bin 30 Jahre alt und habe die ersten 7 Jahre leider den Ärzten vertraut, naja sie machten mir höllisch Angst, aber das kennst du bestimmt. Und ich war halt noch ziemlich jung, naja....hab viele Medikamente durchprobiert, hatte jedoch trotzdem einen Schub nach dem anderen, HATTE immer ne aggressive Form laut den Ärzten. 2011 musste ich das Tysabri absetzen wegen JC-Virus positiv, sollte dann gleich das nächste nehmen....naja bekam da, weil ich nichts mehr nahm, dann einen heftigen Schub. Der ganze Körper war gelähmt, ich war inkontinent, geistig abwesend, konnte nur noch langsam sprechen. Dann entließen sie mich im Rolli aus dem Krankenhaus nach nem Monat. Von da an dacht ich mir: Ne mit mir nicht mehr.... sie drängten mich zwar wieder das ich sofort dazu ein Medi bräuchte, weil ich sonst in ca.3 Monaten wieder so einen schweren Schub haben würde usw. blabla. Zuhause stellte ich mit meinem Freund und meiner Mutter sofort die Ernährung auf basisch/vegan um, trainierte zu Hause, schlichtete Streit innerhalb der Familie/Feunde und schwupps konnte ich wieder ein paar Schritte gehen und sogar wieder schreiben. Ging danach noch zum klassischen Homöopathen, machte Amalgamsanierung mit Schwermetallausleitung, füllte vorhandene Vitaminmängel wieder auf usw. Ergebnis: Heute kann ich wieder sehr viel selber machen und bis 5 km laufen :-) Mache aber natürlich weiter und hoffe, dass es noch besser wird, weil auf und abs hab ich schon noch. Hoffe, das ist hier erwünscht, der lange Text ;-)) bin sehr froh das ich deine Homepage gerade von ner Freundin geschickt bekam, finde es hier echt super und interessant!! ich bin dankbar, dass ich diesen Schub hatte, denn erst dann hab ich in meinem Leben was verändert- spät aber doch :-)) Liebe Grüße Sabrina

Anette:

Liebe Lisa! Durch Zufall bin ich auf deine Seite gestoßen und fühlte mich gleich angesprochen durch die vielen Ähnlichkeiten, die ich von deinem "Fall" zu meiner Krankheit herauslesen konnte! Aber zuerst zu mir: Kurz nach der Geburt meiner Tochter, die ich mit 28 bekam, stellten sich verschiedene Krankheitsbilder wie Schwindel, Taubheit im Gesicht und halbseitiger Hörverlust ein, sodass erstmals die Diagnose MS



im Raum stand! Alle Symptome bildeten sich zurück und nach einiger Zeit kamen erneut Beschwerden, sodass nach MRT, Lumbalfunktion und weiteren umfangreichen Untersuchungen schnell feststand, dass ich unter Multipler Sklerose litt. Eine Welt brach zusammen!!! Ich sollte mir aussuchen, was ich denn spritzen wollte, so der Arzt einer Fachklinik, der sagte, er suche noch Teilnehmer zu einer Studie! Ich sagte, ich kann mir selbst keine Spritzen geben und lehnte die Behandlung ab! Daraufhin er: Sie hatten aber Ausfälle mit Stammhirn-Beteiligung, verschlucken Sie sich häufig? Das kann zum Tod führen! Sie müssen ne Therapie machen!! Lange Rede kurzer Sinn: Bis heute lehne ich jede Form von Medikamenten ab, lebe und ernähre mich gesund und mache Sport! Kurzum: Auch ich habe mein Leben und jede Verantwortung selbst übernommen und lausche in mich selbst hinein, was mir gut tut! Und was soll ich sagen: Das ganze ist jetzt zwanzig Jahre her, meine Tochter ist erwachsen und meine MS lässt mich ziemlich in Ruhe! Wenn es so bleibt, bin ich wirklich sehr zufrieden! Auch ich kann nur allen Kranken raten: Macht euch auch auf die Suche nach Alternativen und hört in euch hinein, was euch gut tut! Nehmt nicht sofort alles an und hinterfragt und sagt viell. auch mal nein, wenn das euer Bauchgefühl ist! Das war jedenfalls mein Weg bis heute und ich bin der festen Meinung, dass es mir mit Medikamenten nicht so gut gehen würde, wie das jetzt der Fall ist!!! Aber letztendlich entscheidet jeder für sich allein!

Ich wünsche allen Kranken alles Gute auf dem Weg zu ihrem Gesundwerden!

Liebe Grüsse :-) Annette

Sabine:

Ich stand vor einer Diagnose , war geschockt und habe dem Arzt beim nächsten Termin gesagt "Krankheit kommt mir nicht ins Haus". Er meinte ich müsse das akzeptieren. Ich ging nach Hause, habe über ein paar Dinge im Leben nachgedacht - weil mein Körper mir ja grade was sagen will? Da sollte ich mal zuhören. Als ich in 4 Wochen zur Oi musste lag ich quasi schon auf dem Tisch. Ich habe solange die Narkose verweigert, bis jemand mit mir sprach. Die machen ihren Ablauf wie am Fließband. Ich habe gesagt, dass ich nichts mehr hätte. Alle haben süffisant gelächelt und mich für blöd erklärt. Dann kam der Arzt sah sich das an, holte zig weitere. Sie murmelten usw

Bis einer sagte : Tja...sie können gehen. Es ist weg.

Jetzt könnte man glauben es wäre evtl. vorher eine Fehldiagnose. Da ich ursprünglich aber auch mal aus der Medizin kam ...es war schon alles richtig. So geht das Lisa.

Natalie:

„Das sind die Nebenwirkungen von der Pille. Die setzen wir jetzt ab“



sagte die Frauenärztin

„Gehen Sie mal zum Augenarzt“
sagte der HNO

„Sie brauchen auf jeden Fall Einlagen. Ihre Wirbelsäule benötigt zudem dringend Krallengymnastik!“
sagte der Orthopäde.

„Sie ziehen ihre Stirn immer so in Falten. Wir machen da einen kleinen Schnitt und spritzen ein wenig Botox – dann hört der Schmerz bald auf“
sagte der Dermatologe und Chirurg nachdem ich einen Allergietest veranlasst hatte, der keine neuen Erkenntnisse erwies.

„Waren Sie schon beim Neurologen?“
fragte der Allgemeinarzt...

Zu diesem Zeitpunkt war ich 30 Jahre alt, ziemlich ratlos und genervt wegen meiner zunehmend starken Kopfschmerzen und noch nie beim Neurologen gewesen. Wozu auch?! Ich war eine „gesunde“ Frau und Neurologen waren für mich gleichzusetzen mit Psychiatern: was für Verrückte! Aber kein Arzt für mich - eine Frau im besten Alter, die noch ihr ganzes Leben vor sich hatte und zwischen Parties und Karriere hin- und herjagte.

Dann ging alles ganz schnell. CT, MRT, Lumbalpunktion. Alle Befunde waren positiv und schon hatte der Schrecken einen Namen: Multiple Sklerose. Noch eine letzte Zigarette und dann ereilte mich der Gedanke, wie ich das denn nun am besten meinen Eltern beibringen würde.

In den Wochen danach fiel ich in ein tiefes Loch das geprägt war von Selbstmitleid, Resignation und Schmerzen. Die Schübe wurden immer schlimmer und ich war mittlerweile halbseitig so gut wie gelähmt, konnte nicht mehr richtig gehen, hatte Angst alleine aus dem Haus zu gehen weil mein Gehirn nicht mehr in der Lage war, verschiedene Eindrücke zu filtern.

Ich kaufte mir Bücher über MS und las mich genau in die Symptome ein. Ging zu MS Selbsthilfegruppen und richtete mir im Geiste allmählich ein Leben mit der Krankheit ein.

.....
.....
.....



Ein Neurologe verordnete mir eine Cortisontherapie. Damit würde es mir bald besser gehen. Danach sollte ich mit den Spritzen beginnen. Ich hatte die Wahl zwischen verschiedenen Mitteln: einmal täglich oder einmal wöchentlich spritzen.

.....

.....

Ein paar Wochen später hatte ich mich von dem ersten Schock beruhigt und lag in meinem Bett und fragte mich: warum ich? Warum passiert gerade mir das? Und dann fragte ich mich: warum eigentlich nicht ich?

Vielleicht ist es ja doch heilbar. Zu diesem Zeitpunkt hatte ich mir zur klassischen MS-Literatur einige Bücher über Selbstheilung gekauft und auf einmal meldete sich eine Instanz in mir, die ich so vorher noch nie wahrgenommen hatte. Und ich traf eine Entscheidung und entschloss mich für mein Leben. Irgendetwas ganz tief in mir wusste genau, dass ich wieder gesund werde. Ich wusste zwar zu diesem Zeitpunkt noch nicht wie, doch eines war gewiss:

ICH MÖCHTE LEBEN und zwar ohne MS.

....

....

....

Heute, 7 Jahre später bin zutiefst dankbar für diesen „Weckruf meiner Seele“, der mir ermöglichte zu erkennen, dass die Dinge meist anders sind als sie scheinen und dass es nur sinnvolle Erfahrungen im Leben gibt. Die Änderung unserer Sichtweise auf die Dinge allerdings, verändert jedoch alles!

Ich bin von der MS geheilt und bin meiner Essenz ein ganzes Stück näher gekommen. Ich habe mich in großer Dankbarkeit und Selbstverantwortung für MICH und mein Leben entschieden und lebe mit meinem wunderbaren Mann und meinen zwei Kindern in Freising bei München.

Mein Weg der Heilung führte über die unterschiedlichsten Prozesse und ganzheitliche Methoden.

Nachdem ich mein ganzes Leben einmal auf den Kopf gestellt habe, arbeite ich heute in meiner Praxis für ganzheitliche Massagen in Freising und helfe Menschen in Ihren Körper zu kommen und ihre Selbstheilungskräfte zu aktivieren. Denn heute weiss ich, dass jeder einen eigenen Heiler in sich trägt.

Herzlich, Natalie

Stefan:

Hallo zusammen, ich möchte an der Stelle nun auch mal anderen Mut und Hoffnung geben. Habe vor ca. 5 Jahren die Diagnose MS bekommen, verschiedene Symptome



waren aber viele Jahre vorher schon da, also gehe ich davon aus, dass ich MS schon viel länger hatte.

Nach nur einem einmaligem Besuch bei einem Neurologen, der mir eine sündteure Behandlung anbot mit der tollen Aussicht, dass diese zwar notwendig, aber ganz sicher nicht heilend sein würde, sagte ich zu mir, NICHT heilen kann ich mich auch selber, da brauche ich keine teure Behandlung mit irgendwelchen Chemiekeulen. Habe mich dann alternativ informiert und vieles ausprobiert.

Einige Themen/Maßnahmen möchte ich euch wirklich wärmstens ans Herz legen:

1. Entschlackung: besorgt euch mal das Buch von Jentschura (Gesundheit durch Entschlackung).
2. Entgiftung und Ausleitung von Schwermetallen nach Dr. Klinghardt. Es gibt dazu ein super Info-Video bei google: <https://www.youtube.com/watch?v=1kxqfE2VfD8> (ich hatte leider viele Impfungen in meiner Kindheit und extrem viele Amalgamfüllungen bereits in den Milchzähnen und später in den 2. Zähnen und dann auch noch unsachgemäß entfernt wurden.)
3. Unabdingbarer Glaube an Besserung und Heilung und konsequente Ablehnung von Pharmaprodukten.

Nachdem ich die letzten 2 - 3 Jahre Entschlackung, Entgiftung und Schwermetallausleitung intensiv und diszipliniert durchgezogen habe, sind nun meine Symptome fast gegen Null zurück gegangen: Ich habe kein Jucken mehr in Händen und Füßen, kein Schwitzen mehr in der Nacht, kein "Ameisenlaufen" im Körper, mein kreisrunder Haarausfall, den ich über 25 Jahre hatte, ist komplett weg, keine roten Flecken mehr im Gesicht und Körper, meine Taubheit an den Füßen und Zehen ist komplett weg, habe wieder Energie, bin nicht mehr müde, keine Blasenentleerungsstörungen mehr, Lhermitte-Zeichen ist noch ganz leicht spürbar, aber kein Vergleich zu früher.

Habe wieder Motivation und Antrieb und vieles mehr. Das einzige, das sich nicht gebessert hat, ist die Sehschwäche, da hoffe ich aber auch noch auf Besserung. Ich denke, es gibt keinen Universalschlüssel zur Behandlung der MS, weil jeder für sich die Ursache finden muss und das ist die entscheidende Gretchenfrage. Bei mir jedenfalls haben diese Maßnahmen voll eingeschlagen und das macht mich sehr glücklich. Viell. ist ja der oder die eine oder andere dabei, der das mal ausprobieren möchte, dann wünsche ich viel Erfolg dabei. Es kostet viel Zeit und auch Geld muss man für Produkte



(Tee, Basenbäder, basische Ernährung, Chlorella, Bärlauch, Koriander etc.), aber das ist es wert, es wird euch in jedem Fall besser gehen.

Hier noch weitere Beispiele, die ich im Internet gefunden habe:

Quelle: <http://www.naturundheilen.de/service/beratungsservice/artikel/ist-multiple-sklerose-wirklich-unheilbar/>

„[.....]

Die neurologische Untersuchung, zwei MRTs (Kopf/HWS) und eine Rückenmarkspunktion, ergab die ernüchternde Diagnose Multiple Sklerose.

Ich war neun Monate zuvor zum ersten Male Vater geworden – die Zukunft war für mich zu diesem Zeitpunkt in Scherben zerbrochen. Ein Freund, welcher drei Jahre vor mir die gleiche Diagnose bekommen hatte, riet mir, mich schon mal mit der Thematik Rollstuhl anzufreunden. Im gleichen Moment regte sich in mir Wut und zugleich Ansporn, mich nicht mit dieser Prognose abzufinden. Die vorgeschlagene Kortisonstoßtherapie lehnte ich ab. Auch Medikamente, die das Immunsystem unterdrücken sollten, oder Interferone wollte ich nicht nehmen. Ich begab mich zunächst in eine homöopathische Nosodenbehandlung, die ein ehemaliger Klinikchefarzt durchführte, in dem ich glücklicherweise einen menschlichen Ansprechpartner außerhalb der Schulmedizin gefunden hatte.

Die Zeit bis zum Juni 2008 war sehr wechselhaft. In guten Abschnitten war es mir möglich, meinen Alltag mit meiner Familie und meinem Beruf zu meistern. Kurze Spaziergänge waren die Obergrenze. Im Juni 2008 bekam ich von einem sehr guten Freund die Adresse eines Heilzentrums. Nach dem ersten Termin fuhr ich die 500 km mit völlig neuer Hoffnung und gestärktem Mut mit meiner Frau wieder nach Hause. Eine Untersuchung mit dem Dunkelfeldmikroskop und zusätzliche radionische Testungen ergaben eine Belastung mit Quecksilber sowie mit mutierten Borrelien in den Nervenzellen, erhöhtes Aluminium (welches die Myelinscheide der Nervenzelle zerstört) sowie getarnte, nicht nachweisbare Candidapilze im Blut. Außerdem erhielt ich die Prognose, dass zumindest das Fortschreiten der Erkrankung zu stoppen sei. Ich begann sogleich mit der vorgeschlagenen Therapie zur Ausleitung der Schwermetalle und Erreger. Innerhalb weniger Wochen änderte sich mein Zustand kontinuierlich zum Besseren. Zuerst konnte ich es wirklich kaum glauben. Ich fing wieder an Rad zu fahren, zu Laufen (Joggen), und durfte verspüren, wie nach und nach immer mehr Lebensmut und körperliche Energie zurückkehrte.



Im März 2009 und im November 2010 wurde ich wieder Vater. Mittlerweile jogge ich 4-5 Mal die Woche zwischen 5 und 12 Kilometer und habe sogar eine Tages-Radetappe von 120 Kilometern inklusive Berge machen können. Ich erfreue mich an meinem „zweiten Leben“, das mir geschenkt wurde. Wer glaubt schon an so eine Wandlung einer eigentlich unheilbaren Erkrankung? Mich mit der Unheilbarkeit der Erkrankung abzufinden, hätte wohl die gegensätzliche Richtung unterstützt. Das Glück, diese Therapie gemacht zu haben, ist wohl zusammen mit meiner Familie das kostbarste Geschenk in meinem Leben."

Peter Franzke, Freiburg

Quelle: <http://www.dr-schnitzer.de/forum-multiple-sklerose-kps.html#Dr. Johann Georg Schnitzer>, 13.06.2009

„Nimm dein Leben selbst in die Hand!

Es gibt ein Ereignis in meinem Leben, das einen Wendepunkt darstellt. Während der Sprechstunde stellte ich dem Neurologen, der mir als besonders tüchtig empfohlen worden war, die bange Frage, ob es Hoffnung auf Heilung gebe. Wenige Tage zuvor hatte ich am Telefon durch das Krankenhaus die Diagnose "Multiple Sklerose" entgegengenommen. Die durchgeführten Untersuchungen, unter anderem Kopf-CT und Lumbalpunktion, hatten entsprechende Ergebnisse erbracht.

Dieser Arzt schaute mich kurz an und sagte dann barschen Tones: "Geben Sie den Gedanken auf eine Heilung auf. Es gibt keine."

[.....] Aus heutiger Sicht hat mir der Arzt ungewollt einen guten Dienst erwiesen. Das Fatum wollte ich nicht annehmen. Er war bereits der zweite niedergelassene Neurologe, den ich konsultiert hatte. Der erste hatte seiner ganz gegensätzlichen Hoffnung Ausdruck verliehen, es werde sich alles zum Besten entwickeln, denn man habe neuerdings erkannt, dass die Gabe von Beta-Interferonen außerordentlich wirksam sei. Mich bezeichnete dieser Arzt schon in den ersten Minuten der Konsultation - kaum hatte ich ihm gegenüber am Schreibtisch Platz genommen - als geradezu perfekten Fall für diese Form der Medikamentierung. Die Kosten für das außerordentlich teure Präparat würden von der Krankenkasse nur bei geeigneten Patienten übernommen. Er würde dies hiermit befürworten. Zunächst aber empfehle er mir zur Linderung der Beschwerden eine Kortison-Stoßtherapie.

Diese Stoßtherapie aber hatte zur Folge, dass es mir im Anschluss daran wesentlich schlechter ging, was mich dann, skeptisch geworden, in die Praxis des eingangs erwähnten Neurologen führte, der mir an jenem Herbstabend des Jahres 2001 jede Hoffnung auf Wiederherstellung der Gesundheit genommen hatte.



Das war der Beginn meines neuen Lebens, [.....]

[.....]

Es ist mir ein Anliegen, Menschen Mut zu machen, die in ähnlich verzweifelten Situationen meinen, ihre Verantwortung an Ärzte, Krankenhäuser und ähnliche Einrichtungen abgeben zu müssen. Mit diesem blinden Vertrauen gibt man sich selbst auf - der einzige Weg zur Genesung führt über sich selbst. Sie kann nicht von außen kommen.

Karin Pfeiffer-Stolz

Salzburg, 25. Juni 2009

MS ist heilbar

Hallo, habe Ihren Beitrag von dem "lebendigen Beispiel" gelesen.

Bei mir wurde vor 7 Jahren MS festgestellt. Ich bin auf die Schulmedizin durch meine naturheilkundlichen Erfahrungen nach der ersten Cortison-Behandlung nicht weiter eingegangen und habe es auch durch Ernährungsumstellung und Entgiftung von Körper, Seele und Umfeld geschafft. Ich bin seit 6 Jahre frei von Schüben und es ist kein MS mehr feststellbar. Hab sogar letztes Jahr eine wundervolle, gesunde Tochter zur Welt gebracht. (Hausgeburt) Mir geht es auch danach noch sehr gut. Könnte jetzt mal wieder fasten. Das vermisse ich sehr, aber das kommt wieder.

Mit freundlichem Gruß

Nicole P.

Deutschland, 27.04.2014



Die Suche nach Heilung

Meine Motivation

Zu Beginn meiner Diagnose war es mir wichtig, von den Besten der Besten Ärzte (Schulmediziner) behandelt zu werden. Nachdem meine Erfahrung in dem Krankenhaus in Zehlendorf so mies war, wollte ich mich in bessere Hände begeben.

So suchte ich mir die damalige Koryphäe in Berlin raus. Damals noch nicht wissend, dass sie auch an den Forschungen der Pharmaindustrie mitarbeitete. Als ich das dann später herausbekam, fand ich es zunächst eine gute Sache. Bis mir bewusst wurde, dass die Patienten als Versuchskaninchen für Mr. Pharma hergehalten haben.

Sie war es ja auch, die mir erzählte, dass es mir nach der Kortisonstoßtherapie viel besser gehen würde als vorher. Leider war das Gegenteil der Fall und ich fühlte mich wie ein Häufchen Elend.

Aber mir reichte es noch nicht mit den Weisheiten der Schulmedizin. So suchte ich mir den Spezialisten par excellence in Deutschland - natürlich ebenfalls ein Schulmediziner. Ich fuhr extra von Berlin nach Bonn. Und was erfuhr ich? Dieser Superspezialist arbeitete gerade gemeinsam mit Mr. Pharma an dem Fingolimod (das MS Medikament was es heute in Tablettenform gibt) und kannte natürlich auch meine Superärztin in Berlin persönlich - so ein Zufall.

Hinterher war ich genauso schlau wie vorher.

„Ja. MS. Hmm, ganz schön viele Herde. Ja, Basistherapie...“

Mumpf... Das hätte ich mir irgendwie auch sparen können... Zum damaligen Zeitpunkt war ich allerdings noch voller Hoffnung auf das Fingolimod, da ich dachte, das wäre die Lösung um von den Nadeln loskommen zu können.

Als das Fingolimod dann "endlich" auf dem Markt war, wollte ich es nicht mehr. Zum einen hatte ich da schon so eine komische Ahnung und ich wollte nicht das Versuchskaninchen von Mr. Pharma sein.

Zudem hatte ich zu dem Zeitpunkt eh schon beschlossen, dass die MS- Reise bald wieder vorbei sein wird.

Eine Bekannte von mir, die ich im Krankenhaus kennenlernte, nahm das Fingolimod einige Zeit mit dem Ergebnis, dass sie 5 Tage eine Blutwäsche brauchte, um das Zeug wieder aus ihrem Körper zu bekommen.



Das ist mit Sicherheit nicht bei jedem so und der ein oder andere wird das bestimmt vertragen. Ich will hier auch keine pauschalen Aussagen treffen.

Für mich war es gut, dass die Schulmedizin mich kein Stück weiter brachte. So war ich motiviert, mich auf andere Wege einzulassen.

So führte mich mein Weg also zu besagten Orthopäden, der mich an eine Dame empfahl, zu der ich häufig telefonisch Kontakt hatte. Ich fuhr auch direkt zu ihr.

Der Tag kostete mich im Übrigen 800,00 Euro plus die Kosten für die Bahnfahrt.

Hatte ich damals viel Geld? Nein! Aber ich suchte immer nach Wegen, die für mich wichtigen Dinge möglich zu machen. Und wenn Du etwas wirklich, wirklich willst, dann bekommst Du immer die Unterstützung, die für Dich wichtig ist.

Auch verschrieb mir der Orthopäde ein Heilmittel, was meine mir damals unbekanntes Insulinresistenz, wieder in Ordnung bringen sollte. Das tat es auch. Kostete mich rund 450,00 Euro im Monat. Es war wichtig. Also ging es - irgendwie.

Er arbeitet mit Biomodulation und Akupunktur, renkte alle Knochen in regelmäßigen Abständen wieder an ihren Platz.

Er riet mir auch zur Osteopathie, die ich noch heute alle paar Monate mache. Weil es mir einfach so gut tut.

Er empfahl mich auch an eine tolle Heilpraktikerin. Mit ihr habe ich viel auflösen können. Alte Themen, alte Glaubenssätze und mit ihr gemeinsam habe ich eine der Hauptursache für meine MS aufspüren und lösen können.

Wenn etwas unrund in meinem Leben läuft gehe ich auch heute noch hin. Sie ist eine tolle Frau.

Auch ließ ich auf Anraten von Dr. L. hin ein Zahnstößfeld in Ordnung bringen. Der Zahnarzt, an den er mich überwies, war nix für mich. Da stimmte die Chemie einfach nicht. Darum suchte ich mir einfach einen anderen Zahnarzt. Ich erinnere mich noch gut an die Situation, wo ich an dem Tresen stand und die Zahnarthelferin mich fragte: Ist doch schön hier bei uns, oder? Ich dachte nur: Nein! Auf gar keinen Fall! Gesagt habe ich es aber nicht. Nur geschmunzelt.

Einmal empfahl er mir auch zu einem Hautarzt zu gehen. Es war jedoch einfach nicht möglich einen Termin zu bekommen. Alle Termine waren erst in mindestens in 4 Monaten möglich. Dann hatte ich endlich einen Termin - in 4 Monaten- und dann sagte die Praxis den Termin ab.



Da dachte ich mir dann: Ok, das soll wohl nicht sein. Mit dieser Info ging ich dann wieder zu meinem Orthopäden. Und dann war es auch nicht mehr nötig.

Es ist also immer sinnvoll, auf die Gegebenheiten zu schauen. Nicht alles mit aller Macht durchzuboxen, sondern mal innehalten und schauen, was eigentlich gerade los ist. So habe ich Puzzle für Puzzle alles, was nicht im Gleichgewicht war, ins Gleichgewicht gebracht. Und ich glaube, darum geht es auch. Alle Störfelder Stück für Stück wieder ins Gleichgewicht zu bringen. Je weniger Baustellen wir haben, je gesünder können wir sein. Das macht ja auch Sinn. Stell Dir mal ein Haus vor, in dem das Wasser tropft, das Dach undicht ist, der Keller unter Wasser steht, das Fundament morsch und die Türen quietschen.

Das kann nicht gemütlich und stabil sein. So ist es bei uns auch.

Und jedes Haus ist anders. Jedes Haus hat seine eigenen Baustellen. Das eine braucht den Dachdecker, der andere den Elektriker, ein anderer braucht den Tischler oder den Gas- Wasser Installateur.

So gibt es keine pauschale Anleitung für die Heilung. Es gibt aber ein paar Basics, die jeder beherzigen sollte, der geheilt sein will. So wie es beim Haus klar ist, dass es auf einem guten Fundament stehen sollte, das Dach dicht, eine gute Statik hat, dann braucht es noch Elektrik und Wasser, Leitungen usw.

Wie stabil wünschst Du Dir dein Haus?

Wie gemütlich soll es sein?

Gibst Du Dich mit einem tropfenden Wasserhahn zufrieden? Oder mit einer Heizung, die nur manchmal geht?

Oder möchtest Du lieber, dass alles gut "funktioniert"? Das alles im Einklang ist?

Es ist immer Deine Entscheidung.

Wenn Du Dein „KörperHaus“ wieder im Einklang wissen möchtest dann lege ich Dir noch einmal die **Die 9 wichtigsten Erkenntnisse, mit denen ich meine MS geheilt habe**, ans Herz.

Und weil Du gerade dieses Buch liest und in meinen Augen damit schon ein ganz besonderer Mensch bist, bekommst Du ein besonderes Angebot von mir für diesen Kurs: Nämlich einen Nachlass von 40,00 Euro für Dich.

Nutze dafür einfach den Gutscheincode: **1besonderes_angebot<3**

Auf der Seite <http://multiple-sklerose-heilen.de/mskurs-besonderes-angebot/>kannst Du sofort mit dem Kurs starten und mit wichtigsten Schritten für Deine Heilung beginnen.



Kannst DU Deine MS heilen?

Ich behaupte: Jede Krankheit ist heilbar.

Wenn ein paar Grundvoraussetzungen erfüllt werden.

1. Du willst die Heilung wirklich, wirklich, WIRKLICH!!!
2. Dein Geist ist gesund

Ich beginne mal mit Punkt 1.

Willst Du Deine Heilung wirklich?

Du wirst vielleicht sagen: Natürlich will ich die Heilung wirklich! Was für eine Frage!

Hmm. Bist Du Dir wirklich sicher, dass Du Deine Heilung wirklich – WIRKLICH willst?

Horch mal in Dich hinein. Wie würde es sich anfühlen, wenn Du gesund wärst?

Wie würde Dein Umfeld reagieren?

Was würde sich verändern?

Vor welcher Veränderung hast Du vielleicht Angst?

Welche Veränderung würdest Du vielleicht nicht wollen?

Ich war kurze Zeit mal in MS Gruppen bei Facebook unterwegs.

Dort habe ich erkannt, dass es viele Menschen gibt, die an ihrer Krankheit festhalten. Sie wollen nicht gesund sein.

Einmal hat jemand einen Inhalt meiner Seite geteilt – ich kannte sie zum damaligen Zeitpunkt nicht.

Da ging ein Wahnsinn Shitstorm los.

Alein die Aussage, das MS heilbar ist. Wahnsinn. Auch alle alternativen Möglichkeiten zur Schulmedizin sind abgeschmettert worden.

Im Übrigen gibt es richtige „Pharmawachhunde“ bzw. mittlerweile gibt es dafür sogar schon Programme, die sich sofort einklinken, sobald bestimmte Begriffe fallen.

„Ist denn das Schulmedizinisch bewiesen?“

Öhm nein. Gegenfrage: Gibt es auch nur ein einziges schulmedizinisches Medikament, das heilt????



(Na ist ja auch nicht gewollt. Darum wird es von der Schulmedizin auch nichts geben, was heilen würde und natürlich auch nichts bekannt gemacht, was das könnte.)

Oder ein weiteres Argument: Das ist zu teuer. Das ist doch voll die Abzocke. Hier darf ich mir immer die Frage stellen: Was ist mir meine Gesundheit wert.

Alles was ich kenne und angewandt, benutzt etc. habe, war immer viel preiswerter als die Medikamente der Pharmafirmen. Als Kassenpatient hat man nur leider keinen Überblick über die Kosten. Darum können dann 50,00 Euro schon mal als viel empfunden werden.

Dann kommt die Aussage: Ich habe dafür kein Geld. Das kann ich mir nicht leisten. Wirklich? Ist das wirklich wahr? Kannst Du es Dir wirklich nicht leisten? Wofür gibst Du denn Dein Geld sonst aus? Für den noch größeren Fernseher? Für Zigaretten? Für das 300erste Paar Schuhe?

An solchen Aussagen, erkennst Du selbst, ob Du wirklich – WIRKLICH gesund sein willst oder vielleicht doch nicht. Beobachte Dich einfach mal und höre Dir selbst zu. Manchmal kann man sehr überrascht darüber sein, was man so los plappert ;)

Ich hab gut reden?

Ja! Und warum? Weil ich nach der Trennung von meinem damaligen Mann in ein tiefes, tiefes Loch gefallen bin und sich das auch auf meine berufliche Tätigkeit auswirkte. Da ich selbstständig war, machte sich das dann auch finanziell irgendwann bemerkbar. Das Geld war knapp wie nie und ich bekam unterstützende Leistungen vom JobCenter. Die Leistung war in etwa auf Harz 4 Niveau. Von dem bisschen Geld was ich hatte, habe ich trotzdem jeden Monat 160,00 Euro für meine Krankenversicherung bezahlt – weil mir das wichtig war. Und ich habe jeden Euro in meine Gesundheit investiert. Manche Sachen musste ich dann halt in Raten abbezahlen. Ich tat einfach ALLES was mir möglich war. Und heute bin ich gesund.

Darum ist es so wichtig, dass Du eine Entscheidung triffst. Wenn ich etwas wirklich will, finden sich immer Wege. Wenn ich etwas nicht wirklich will, finde ich immer Gründe, warum es nicht gehen kann.

Darum die Frage: Willst Du die Heilung wirklich – WIRKLICH?

Wenn Du Widerstände spürst, dann löse sie. Dann kann die Heilung in Dein Leben kommen.



Zu Punkt 2: Wenn der Geist gesund ist

Einem geistig Behinderten wird es vermutlich schwere fallen gesund zu werden, weil es einer Entscheidung und einer Umsetzung bedarf. Darum diese Ausnahme.



Was bedeutet Heilung denn eigentlich - für mich?

Ich beginne mal mit einer Gegenfrage:

Würdest Du Dich als jemanden bezeichnen, der eine unheilbare Krankheit hat?

Ich stelle Dir eine weitere Frage:

Kennst Du jemanden, der nur einmal in seinem Leben eine Erkältung hatte?

Wann bin ich denn gesund?

Und wer legt denn fest, ob ich krank oder gesund bin?

Und anhand von was?

Welche Richtlinien gibt es denn?

Ist meine Nase richtig, wenn sie vorne rund ist? Und sie falsch, wenn sie spitz ist?

Wir alle haben immer mal wieder irgendwelche Krankheiten und nehmen dagegen mehr oder weniger Medikamente oder Heilmittel.

Was ist nun also die Definition von: Unheilbar?

Auch an einer Erkältung sind schon Menschen gestorben. Sollte also doch eigentlich auch definitiv in den Katalog der unheilbaren Krankheiten aufgenommen werden.

Vielleicht sogar gleich als Epidemie ;)?

Würdest Du zu diesem Menschen sagen, dass er eine unheilbare Krankheit hat? Denn Erkältungen kommen ja offensichtlich öfter.

Jemand der öfter mal Kopfschmerzen hat? Ist der unheilbar krank?

Bin ich krank, wenn es mir gut geht, ich aber irgendwelche „Werte“ haben, die besagen sollen, dass ich krank bin?

Zu den Werten und den Maßstäben, die die Schulmedizin benutzt, erzähle ich später noch etwas. Die sind nämlich willkürlicher, als Du es Dir vielleicht vorstellen kannst und haben mit dem, was uns wirklich gut tut, meistens recht wenig zu tun.



Heilung bedeutet für mich vor allem, geheilt sein von den vielen Unwahrheiten, die uns immerzu von allen eingetrichtert werden. Zu erkennen, wer ich wirklich bin. Was ich wirklich kann und welche Fähigkeiten ich wirklich habe. Geheilt sein von Krankheiten und zu erkennen, dass es sich „nur“ um Symptome handelt. Ähnlich, wenn der Magen knurrt, wenn wir Hunger haben.

Heil Sein bedeutet für mich auch, dass ich versuche zu verstehen, was mein Körper mir sagen möchte und ich Wege finde, um meine Symptome zu heilen. Dass ich bei mir bleibe. Dass ich die Verantwortung für meinen Gesundheitszustand immer übernehme.

Dass ich mich nicht (mehr) in den Leiden- Modus gebe. Dass ich über den Tellerrand schaue und nach anderen Wahrheiten suche. Dass ich mich nicht mehr manipulieren lassen. Dass ich auf mein Bauchgefühl und meine Intuition höre. Dass ich mich auf die schönen Dinge im Leben konzentriere.

Dass ich mich von allem, was mich runterzieht, fernhalte.

Eine Krankheit ist nie eine Strafe für irgendetwas. Du darfst Dir gerne die Frage stellen, warum ausgerechnet Du und Du wirst eine Antwort darauf erhalten. Und das Leben wird Dir Antworten auf diese Frage zeigen.

Besser wäre jedoch, Dir die Frage zu stellen: Was kann ich tun, um wieder gesund zu sein? Und dann wirst Du auch darauf eine Antwort erhalten.

Je nach dem worauf Du Dein Fokus richtest, das kommt in Dein Leben.

Bevor wir „krank“ geworden sind, haben wir oftmals vorher etwas gelebt, das uns nicht gut getan hat. Und/ oder wir haben Entscheidungen (bewusst oder unbewusst) getroffen.

Jeder Körper ist von sich aus gesund. Wenn wir krank werden, hat das immer einen Grund. In jeder unserer Zelle ist der ursprüngliche Zustand unserer Gesundheit gespeichert, so dass dieser im Prinzip immer abrufbereit ist.

Was genau macht uns nun eigentlich krank?



Wenn wir krank werden, will uns unser Körper immer etwas sagen. Oftmals hat er vorher schon etwas gesagt, was wir nicht gehört haben, weil wir nicht wollten oder weil wir es verlernt haben.

Wir tun so oft Dinge, die wir eigentlich nicht tun wollen und verraten uns dabei selbst. Wir glauben Dinge tun zu müssen, leben in Hektik, Stress und Angst. Das ist tut niemanden gut und macht niemanden glücklich.



Das Patent zur Heilung

Gibt es nun das Patent zur Heilung? War mein Weg nun genau der einzig richtige? Gibt es den einen Weg, das eine Medikament, das eine Heilmittel oder die eine Behandlung, die auf jeden Fall heilt? Garantiert? Nein. Ich sage trotzdem, dass Heilung **IMMER** möglich und machbar ist, wenn Du wirklich geheilt sein willst. Im Kapitel „**Willst Du krank sein?**“ Bin ich darauf bereits eingegangen, dass wir vom Verstand her zwar behaupten können, dass wir geheilt sein wollen. Es aber sein kann, dass wir im Unbewusstsein oder auf Seelenebene unsere Krankheit noch "brauchen". Dann wirst Du erst gesund sein können, wenn Du Dir darüber bewusst bist und Dich mit diesem Thema beschäftigst.

Jede Krankengeschichte ist einzigartig sowie jeder Mensch. Somit braucht der eine etwas ganz anderes als der andere. Was dem einen zur Heilung geholfen hat, kann dem anderen sogar Schaden.

Jeder muss seinen eigenen Weg zu seiner Heilung finden. Was jedoch nicht heißt, dass dieser Weg nur aus einem Abzweig bestehen muss. Denn häufig ist es sogar so, dass es verschiedene Wege sind.

Du kannst Dich von einem Schulmediziner behandeln lassen. Das würde ich persönlich heute wirklich nur noch als Notfallbehandlung machen, ebenso wie die Medikamente der Schulmedizin nehmen.

Sie können erst mal dabei helfen, die Symptome zu lindern. Dennoch ist es gut, die Medikamente der Schulmedizin nur über einen so kurzen Zeitraum wie möglich zu nehmen, da die Nebenwirkungen langfristig oftmals mehr Schaden, als das Medikament hilft.

Es gibt immer mehr Schulmediziner, die sich anderen Behandlungsmethoden öffnen.

Das wäre zum Beispiel eine Möglichkeit.

Du kannst aber andere Heilungsmöglichkeiten nutzen.

Wenn Du geheilt sein willst, werden sich Wege und Möglichkeiten zeigen. Probiere Dinge aus und höre immer auf Dein Bauchgefühl. Auch wenn Dein Verstand das für den größten Blödsinn überhaupt hält. Dein Verstand hat davon keine Ahnung. Woher auch?



Er greift auf seine bisherigen Erfahrungen zurück. Und da gab es so etwas merk - würdiges vielleicht noch nicht.

Es kann auch sehr hilfreich sein, die Ernährung umzustellen. Ich persönlich glaube jedoch nicht, dass nur die Ernährungsumstellung allein einen komplett heilen kann, auch wenn das immer mal wieder behauptet wird. Aber ich glaube, dass es uns gut tut darauf zu achten, womit wir unseren Körper ernähren. Damit geht es uns häufig schon besser und wir haben mehr Power, fühlen uns wacher, aufnahmefähiger und sind fitter. Denn häufig sind unsere Lebensmittel eben kein Mittel zum Leben mehr. Zucker macht uns mehr krank als wir ahnen und Kuhmilch ist nur für Kälber gesund und schadet uns oftmals. Informiere Dich einfach ein bisschen - wenn Du magst.



Heilung - Aber wie denn nun?

Du hast schon alles Mögliche versucht, um die MS zu heilen und es will Dir einfach nicht gelingen?

Du bist verzweifelt?

Weißt nicht, was Du noch tun kannst?

Vielleicht ist es völlig aussichtslos?

Es geht einfach nicht....

Sei geduldig mit Dir. Erzwingen nichts. Kämpfe nicht. Nicht dafür und nicht dagegen. Alles wogegen Du kämpfst kann nicht gehen, sondern wird (muss) bleiben. (Lies dazu das Kapitel: Ich kämpfe gegen meine MS.)

Andere sind schneller als Du? Weiter als Du? Vergleich ist IMMER GIFT. Für Dich und Deine Seele. Ja, wir leben in einer Gesellschaft wo es um höher, weiter, besser, schneller geht.

Das funktioniert so aber nicht. Jeder Mensch ist anders. Hat ein anderes Tempo. Andere Ursachen, Themen und Hintergründe. Auch DU.

DU BIST EINZIGARTIG! WUNDERVOLL! GROSSARTIG!

Egal, was Du bisher „erreicht“ oder „nicht erreicht“ hast.

Du bist richtig, genau wie Du gerade bist. Dein Tempo ist genau das Richtige. Sollte es anders sein, dann wäre es anders. Hab Vertrauen.

Ich weiß, dass das nicht leicht ist. Ich weiß, dass man lieber schon viel schneller an seinem Ziel wäre. Aber wenn es so sein sollte, dann wäre es schon so. Glaube mir.

Ich war im Übrigen die Ungeduld in Person (OK, ein paar Reste sind noch ;o)).

Ich weiß ganz genau, wie ätzend es ist, wenn man das Gefühl hat, einfach nicht weiter zu kommen. Sich abzustrampeln – ohne sichtbaren Erfolg.

Von einem gefühlten Rückschlag zum nächsten zu straucheln. Von einem Drama in das nächste. Und dennoch: Es ist kein Rückschlag!

Und auch wenn Du das Gefühl hast, dass sich Dinge immer wieder wiederholen Das ist ein Trugschluss. Denn Du bist heute viel weiter als Du es gestern warst. Konzentriere Dich in diesen Momenten auf das, was Du schon alles erreicht hast. Welche



Veränderungen Du schon bewirken konntest – auch wenn sie vielleicht nur von kurzer Dauer waren. Dann knüpfe dort an. Mache dort weiter und gehe die nächsten Schritte.

Bleib an Deiner Heilung dran. Lasse Dich nicht davon abbringen oder Dir von irgendwem einreden, dass es nicht möglich ist. Dafür gibt es schon zu viele Menschen, die es geschafft haben.

Und Du kannst einer von Ihnen sein. Ich glaube an Dich.

Und ja, Du darfst schwache Momente haben. Du darfst alles scheiße finden. Es darf alles zum Kotzen sein. Aber dann: Steh wieder auf. Erinner dich an das, was Du willst. Wonach Dein Herz ruft. Und erinnere Dich an all die Dinge, die Du bereits gemeistert hast <3

Gehe Deinen Weg weiter..... Bleibe dran..... Glaube an Dich



Schlussatz

Kann ich mir sicher sein, dass ich nie wieder einen Schub bekomme? Kann ich mir sicher sein, dass ich nie wieder die Medikamente der Schulmedizin nehmen werde?

Nein.

Und ich behaupte das ganz bewusst nicht.

Und warum?

Weil alles, was ich vehement ablehne, die Eigenschaft hat, dann erst recht in mein Leben zu kommen.

Kann mir irgendjemand garantieren, dass er nie wieder in seinem Leben eine Erkältung bekommt?

Und gibt es nicht sogar Ratgeber, die einem Tipps geben, wie man keine Erkältung mehr bekommt? Und könnte es nicht trotzdem sein, dass die Person, die das geschrieben hat trotzdem mal eine Erkältung bekommt?

Wenn man das die Gesetze des Lebens versteht, dann weiß man jedoch, wie man dem vorbeugen kann bzw. wie man damit umgehen kann, sollte es doch passieren.

In diesem Leben sind nur 2 Dinge wirklich sicher:

1. der Tod
2. Ansonsten nichts. GAR NICHTS.

Dein Job nicht. Dein Partner nicht. Dein Leben nicht.

Und weißt Du, was das Gute daran ist?

Auch die Diagnose unheilbar, ist nicht sicher....

Glaube an Dich. Gebe die Hoffnung nicht auf.

Niemals sag niemals



Lisa

*„Niemand sag niemals mein Freund.
Niemand sag niemals ganz gleich was passiert.
Niemand sag niemals mein Freund.
Träume erfüllen sich nur, wenn du dran glaubst.
Nur dann werden sie wahr.
Behalt die Courage, verzweifeln ist falsch.
Fass dir ein Herz, zähl bis 10.
Hoffnung ist gut. Hoffnung und Mut.
Und niemand sag niemals. Nie mehr.*

Und denk dran: Das Leben ist gar nicht so schwer. Nur niemand sag niemals.“

Aus Feivel der Mauswanderer.

Hier ist der Link zum mit singen :o)

<https://www.youtube.com/watch?v=WbmpnhCfirs>



Gar nicht so viel zu erzählen.....

Ja, wie Du siehst, gibt es gar nicht so viel zu erzählen.

Ich habe eine Entscheidung getroffen. Die Entscheidung, gesund zu sein. Dann habe ich mich von Ereignissen, Ideen und meiner Intuition leiten lassen. Habe Angebote angenommen und habe Dinge ausprobiert. Vieles hat mich weiter gebracht und einiges auch nicht.

Ich habe auf mein Gefühl gehört. Wenn sich etwas (oder jemand) blöd angefühlt hat, dann habe ich es wieder sein lassen.

Ich glaube, das ist der Weg. Hinzuschauen, was einem der Körper sagen will. Dinge in seinem Leben zu verändern – auch Dinge sein zu lassen. Alte Wunden heilen zu lassen. Genau hinschauen: Was will ich und was will ich eigentlich nicht? Was tue ich nur aus Angst? Den Job, aus Angst davor arbeitslos zu sein? Die Partnerschaft, aus Angst davor alleine zu sein?

Wie „ernähre“ ich mich? Welche Lebensmittel nehme ich zu mir? Mit welchen Menschen umgebe ich mich? Fühle ich mich anschließend gestärkt und freudig oder ausgelaugt?

Krankheit ist für mich keine Strafe. Sondern der Kompass und die Chance, mein Leben in die für mich schönere Richtung zu navigieren.

Ich habe erkannt, dass ich mein Leben viel mehr beeinflussen kann, als ich es jemals für möglich gehalten hätte.

Nichts in meinem Leben passiert mir zufällig. Nicht die guten Dinge aber auch nicht die Dinge, die mir nicht gefallen.

Darum wünsche ich mir für Dich von ganzem Herzen, dass Du Deinen Weg findest, damit Du wieder gesund wirst.

Alles, alles Liebe und Gesundheit für Dich.

Lisa



Mein Angebot für Dich:

Du hast noch Fragen?

Du möchtest, dass ich Dich auf dem Weg Deiner Heilung begleite?

Dann nutze den Gutschein für ein kostenloses 20- minütiges Gespräch mit mir. Diesen hast Du mit dem Kauf dieses Buches erworben. Dafür benötigst Du nur die E-Mailadresse, die Du beim Kauf angegeben hast.

Wenn Du gerne das Gespräch mit mir möchtest, dann schreibe mir einfach eine Nachricht an: lisa@multiple-sklerose-heilen.de

Und nutze Deinen Nachlass in Höhe von 40,00 Euro für den online VideoKurs: [Die 9 wichtigsten Basics von Heilung](#) mit denen ich meine Multiple Sklerose geheilt habe.

Diese 9 Basics haben mein Leben komplett verändert und waren die Basis meiner Heilung.

Auf der Seite <http://multiple-sklerose-heilen.de/mskurs-besonderes-angebot> kannst Du sofort mit dem Kurs starten und mit den wichtigsten Schritten für Deine Heilung beginnen.

Nutze dafür einfach den Gutscheincode:

1besonderes_angebot<3

Ich freue mich auf Dich!

Bis bald und alles, alles Liebe

Lisa

