

## **Eine unvollendete Geschichte mit glücklichem Ende**

Ich bin eine Frau, der das Schicksal eine Aufgabe gab, an der ich fast zerbrach. Ich hab gelitten, geschrien, geweint und hab mein Leben betrauert. Dann fand ich Ritters oder ich wurde von ihnen gefunden. Sie erkannten mein Leid, reichten mir die Hand, gingen mit mir durch meine selbstgeschaffene Hölle und schenkten mir mein bewusstes glückliches Leben.

Vor einigen Jahren hatte ich mein Leben aufgegeben. Ich wollte dieses Leben voll Schmerz, Selbsthass, Traurigkeit und Ärzten nicht mehr. Ich habe versucht mein Leben wegzuworfen, mich davonzustehlen; erfolglos. Über Jahre hinweg hab ich funktioniert. Hab mein Abitur gemacht, mein Studium absolviert, einen Beruf ergriffen. Ich hatte Freunde, Geliebte, aber keinen, der meine tote Seele sah. Ein Gefühl und Verständnis für mich selbst hatte ich nicht, nur Verachtung. Meine Bestrebungen richteten sich darauf die Erwartungen anderer zu erfüllen. Ich hatte keine Erwartungen an mich. Man kann keine Erwartungen an eine fremde Person haben. Meine Seele war kaputt, mein Körper auch. Ich hatte eine sehr starke Neurodermitis, Magen-/ Darmprobleme, Rückenschmerzen, Nahrungsmittelallergien und noch andere. Ich habe nicht gegen diese Krankheiten gekämpft. Mir wurde gesagt, das die Neurodermitis unheilbar ist, also warum sollte ich dagegen ankämpfen? Ich habe fleißig meine Haut eingeschmiert, die Tabletten geschluckt, gewisse Nahrungsmittel vermieden und war tot-traurig.

Irgendwann ging ich zu einer Ärztin, die sehr unhöflich ihre Fliessband-Arbeit an mir verrichtete. Sie gab mir eine Salbe mit der höchsten Kortison-Dosis. Wenn diese Dosis nicht mehr ausgereicht hätte, die häufigen starken Neurodermitis-Schübe wegzudrücken, hätte sie mir Kortison-Tabletten gegeben. Das hat mich schockiert. Eine Bekannte wurde mit Kortison elend zu Tode gequält. Das hat mir Angst gemacht. Und da kam die Frage: Will ich das? Nein, das wollte ich nicht. Es machte mir Angst. Natürlich bekam ich sofort einen starken Neurodermitis-Schub. Das Blut und der Eiter verklebten beide Arme, mein Hals und meine Stirn waren von großen roten Flecken überzogen. Ich versuche sie zu verbergen. Ich lernte mir selbst beide Arme mit Mullbinden zu verbinden. Trotzdem kratze ich mich jede Nacht bis das Blut kam.

Im Büro sprach mich ein Kollege an. Ich schämte mich, dass er meine Krankheit, mein Hässlichkeit, wahrnahm. Er erzählte mir, dass er selbst Neurodermitis hatte und durch alternative Heilverfahren gesund wurde. Ich war so verzweifelt, dass ich ohne zu denken eine Telefonnummer von Heilpraktikern suchte, anrief und einen Termin ausmachte. Am Samstag sollte dann schon meine Anamnese bei Ritters sein.

Damit begann meine Genesung. Ich möchte jetzt nicht die gesamte Therapie im Detail erläutern. Nur ein paar Eckpunkte meiner Heilung. Nach drei Monaten brauchte ich kein Kortison mehr, meine Haut war geheilt; endgültig. Nach 6 Monaten begriff ich, dass ich die Vergewaltigung im Alter von 12 Jahren nicht verarbeitet habe, sondern verdrängt. Ritters haben mich dann 5 Tage bei sich aufgenommen. Innerhalb dieser 5 Tage haben wir drei extrem hart gearbeitet.

Aber wir haben es gemeinsam geschafft. Die Verarbeitung und Heilung meiner Seelenlast begann. Ich verbrachte noch viele Tage bei Ritters. Sie redeten manchmal auf mich ein, ohne dass mein Verstand erfasste, was sie sagten. Ich schimpfte, ohne dass mein Verstand erfasste, was ich sagte. Ritters schimpften nicht zurück, sondern verstanden mich und halfen, ohne dass mein Verstand es erfasste. Innerhalb von zwei oder drei Jahren lernte ich glücklich zu sein und zu weinen. Ich lernte Menschen an mein Herz zulassen und sie von meiner Seele fernzuhalten. Ich lerne mich kennen, zum ersten Mal.

Das ist mittlerweile ein paar Jahre her. In der Zwischenzeit hab ich mich erkannt und ich hab eine einzige Erwartung an mich: Glücklich sein. Heute achte ich auf mich, auf meine Gesundheit, auf meine Gedanken, auf meine Worte und auf meine Emotionen. Meine Gesundheit hat mir einen starken Körper geschenkt, ohne Schmerzen, mit fester Haut. Meine Hässlichkeit hat sich in Schönheit verwandelt. Meine Wut auf mich selbst wurde zu Liebe und Verständnis. Meine Gedanken sind nicht mehr dunkel. Das Leben ist wunderbar, lebenswert und mit vielen interessanten Lektionen.

Es gibt noch immer Situationen, in denen ich in meine alten Strukturen zurückfalle. Meistens erkenne ich es an meinen Gedanken und an meiner Traurigkeit. Ich darf dann herausfinden, was mich dazu brachte. Somit lerne ich mit jedem Fehltritt etwas dazu.

Wenn ich meinen Rückfall nicht an meinen Gedanken erkenne, kommen Schmerzen. Falls ich darauf nicht reagiere, kommt meine Neurodermitis. Sie ist längst nicht mehr die verhasste Krankheit unter der ich leiden muss. Ich hab ihr einen Spitznamen gegeben „Neuro“. Die Neuro ist die „Alarmanlage“ meiner Seele. Sie zwingt mich dazu hinzusehen. Hinzusehen, was ich mir antue. Sie kommt immer seltener zur Oberfläche. Ich vermisse sie nicht. Je seltener meine Neuro aktiv werden muss, umso stabiler werde ich, umso seltener komme ich vom Weg ab.

Wenn ich wieder vom Weg abkomme, werde ich wieder etwas über mich und diese Welt lernen. Meine Geschichte ist unvollendet, weil diese Geschichte mein eigenes bewusstes Leben ist. Ich werde noch sehr viel lernen und erleben. Ich bin glücklich, weil ich gesund bin und weil es Menschen gibt, die mir helfen und helfen zu lernen.

Meine Träume sind vielseitig. Ich möchte eine eigene Familie haben, den richtigen Job für mich finden, JinShinJyutsu lernen, praktizieren, vielleicht sogar anderen Menschen helfen und viele andere Träume.

Ich weiß, dass alles passieren wird, wenn es so weit sein wird. Mir werden immer die richtigen Menschen zur Seite stehen um mich zu unterstützen. Ich weiß das, weil es immer so war.

Egal was geschehen wird, ich bin bei mir angekommen und hier bleibe ich.