

Von der Spaltung der Welt

Lucklum, den 05.05.2020

Ich bin sehr bewegt. Seit Monaten beschäftigt die Welt und mich dieses Virus. Jetzt habe ich entschieden, ein paar Zeilen, meine Gedanken zu Krankheit und Gesundheit und zu meiner Vorstellung von einem gesunden Umgang mit einer Virus Pandemie niederzuschreiben. Es sind meine Gedanken und meine Wertvorstellungen. Sie müssen und können sich nicht mit Jedermann decken.

Warum bewegt es mich? Ich gehöre zu keiner Risikogruppe, meine Liebsten gehören auch zu keiner. Dennoch bin ich tief bewegt. Dieser Satz: "Ich gehöre zu keiner Risikogruppe" ist die erste Spaltung unserer Gesellschaft und damit beginnt für mich das Problem. Zunächst wurde das Umfeld um mich herum in Risikogruppen aufgeteilt. Bist du gefährdet? Die Menschheit wurde gespalten in jung und alt, in Vorerkrankte und nicht Vorerkrankte. Vorerkrankung? Was bedeutet das eigentlich? Welche Erkrankungen bringen mich in die Risikogruppe? Ist es die Allergie? Das Rheuma? Sind wir nicht alle vorerkrankt? Es hat doch jeder irgendwelche mehr oder weniger belastende Vorerkrankungen und Beschwerden. Aber machen die uns zur Covid 19 Risikogruppe? Wo ist die Integration? Das Wort, dass seit 2015 keiner mehr ernst nimmt. Integration/Inklusion in Schulen ist ein Kernthema im Pädagogik Unterricht, wir leben nichts von dem was wir unseren Kindern lehren. Wir sollen behinderte Kinder in die Regelschulen integrieren, aber Risikogruppen sollen sich abschotten. Wir sollen Risikogruppen schützen. Keiner fragt die Risikogruppen, ob sie geschützt werden wollen. Meine Eltern riskieren lieber diese Krankheit und noch viel schlimmer der Staat stellt das auch noch unter Strafe und verhängt ein Bußgeld, als Ostern nicht mit ihren Enkeln zu

verbringen. Wer fragt denn die alten Leute in den Altenheimen und Krankenhäusern ob sie geschützt werden wollen? Wenn ich meine Großmütter im Altenheim besucht habe, haben mich beide angefleht, gehen zu dürfen. Beide wollten nichts sehnlicher als sterben. Sie wussten beide, dass das der Grund ist, für den Aufenthalt im Altenheim. Diese Menschen kann man nicht vor Krankheit schützen. Sicherlich gibt es auch da, Menschen die Leben wollen und auch nicht erkranken wollen. Ich berichte hier aus meiner Wahrnehmung. Das was hier passiert, ist die erste Spaltung. Das passiert natürlicherweise jedes Jahr und keinen juckts. Jedes Jahr während einer Grippewelle werden die gefährdeten Personen ohne Gesetze natürlicherweise von der Gesellschaft geschützt oder schützen sich selbst. Ich bin noch nie mit rotzenden Kindern ins Altenheim gegangen. Warum wird unserer Gesellschaft aberkannt, natürlicherweise damit umgehen zu können?

Und dann geschah es. Abstand! Social Distancing ist das Wort der Stunde. Die Menschen bekamen Angst voreinander.

Da bekam ich es zum ersten mal mit meiner Angst zu tun. Ich bin immernoch total irritiert. Ich habe eigentlich keine Ängste mehr, dennoch bin ich ihr ein paar Mal in mir selbst aber leider viel zu oft da draußen begegnet. Manchmal bin ich morgens aufgewacht, der Himmel schon so wunderbar klar, wie sonst nie und ich dachte mir, dass ich das bestimmt nur geträumt hätte, das muss ein Scherz sein. Unsere Gesellschaft lässt das nicht zu. Es kann nicht sein, dass wir uns von einem Virus so in die Enge treiben lassen, dasss wir solche Angst vor ihm haben.

Was macht uns eigentlich Angst?

Ich bekomme es mit der Angst zu tun, wenn Leute Angst vor mir haben, vor anderen Menschen, die nicht bewaffnet sind und keine Zeichen von Aggression tragen. Das macht mir Angst. Ich kann auch ganz klar sagen, dass ich keine Angst vor Ansteckung habe. Ich hatte das noch nie. Ich habe ein

Grundvertrauen, dass ich mit den Dingen, die mir geschickt werden klar komme. Das gilt auch für Corona, wenn es mich erwischt, auch schwer, werde ich damit klar kommen auch wenn ich sterben muss. Ich will nicht krank werden, ich will nicht an Corona erkranken. Ich habe aber genau so kein Interesse an einer Erkältung oder einer Grippe oder einer Blasenentzündung. Krank sein nervt. Es zwingt uns zu bestimmten Dingen. Mich zwingt Krankheit dazu, meinen Beruf nicht ausüben zu können. Ich liebe meinen Beruf. Ich arbeite gerne. Das größte Problem das ich hätte, wenn ich an Corona denke, wäre die Quarantäne. Die soziale Isolation, das nicht arbeiten dürfen.

Aber was macht jetzt der Gesellschaft da draußen solche Angst, dass sie mich nicht einmal anschauen, als ob das schon ansteckend sei. Ist es auch die Angst vor sozialer Isolation? Ist es die Angst vor einer schlimmen Erkrankung? Die Angst davor sich zu infizieren? Die Angst davor ins Krankenhaus zu müssen? Die Angst davor zu sterben? Die Angst vor dem Tod, dem einzigen "Muss" im Leben ist einer der stärksten Triebkräfte im Leben. Ich glaube, ich bin sehr überzeugt davon, dass das ein Grund für all das ist. Mit dieser Angst vor Augen, mit dem Tod vor Augen haben wir Angst vor Viren, vor Menschen vor Einkaufswagen.

Ich habe keine Angst vor dem Tod. Sicher, ich fürchte mich. Ich habe auch da kein Interesse dran. Ich werde noch gebraucht, hoffe ich. Ich glaube, meine Kinder hätten mich gerne noch eine Weile, mein Mann auch. Ich denke, ich habe noch eine Aufgabe im Leben.

Also, sterben steht nicht auf meiner "To Do List". Nicht in den nächsten paar Jahren. Gibt mir das meine Sicherheit? Meine Sorglosigkeit? Lässt mich das keine Angst haben vor dem Virus? Ist es vielleicht alleine die Tatsache, dass ich mich mit dem Tod beschäftigt habe? Ich sehe ihn, ich kenne ihn. Er ist kein Freund, kein Feind, aber Teil, wesentlicher, unabdingbarer Teil des Lebens. Die

erste und einzige Sicherheit, die die Menschheit hat, ist der Tod. Damit habe ich mich schon beschäftigt. Auch mit der Art, wie ich sterben will. Nicht im Krankenhaus, nicht beatmet, nicht intubiert, nicht an Geräten. Niemals! Ich möchte auch nicht verbrannt werden. Ich möchte verrotten! Schnell verrotten, vielen Würmern und Pfläenzen Nahrung sein und wieder Teil des Kreislaufes bleiben! Ich bin Teil des Kreislaufes von Leben und Tod. Das ist in mir ein tief verwurzeltes Verständnis. Deshalb kaufe ich Bio, ernähre mich gesund, kaufe ökologisch, regional, fair Trade und auch Kleidung ist nachhaltig und ökologisch und nicht für eine Saison. So lebe ich, so sterbe ich. So bin ich auch krank. So bin ich auch gesund. Wenn ich mich mit anderen Menschen über den Tod unterhalte, so spüre ich Abwehr, Distanz. So klar wie ich, haben sich die wenigsten Menschn mit dem Tod beschäftigt. Schade. Die meisten fürchten ihn, haben Angst vor ihn, haben ihn nicht definiert. Meine Regeln gelten auch jetzt mit Mitte 40. Auch jetzt möchte ich nicht intubiert sterben. Auch jetzt möchte ich nicht an Geräten angeschlossen sterben. Solange ich ganz klar gerettet werden kann, Jungs, tut was ihr könnt, aber beachtet meine und eure Grenzen. Seid ihr euch sicher, dass ihr mich retten könnt? Und zu welchem Preis? Wie muss ich mein Leben dann leben? Ich glaube, ich kann mit Bein ab, Arm ab und sowas ganz gut zurecht kommen, aber ich möchte nicht ewig pflegebedürftig sein. Ich möchte nicht bewegungslos bleiben müssen. Ich möchte arbeiten können. Das ist meine Bedingung. Liebe Ärzte da draußen, das ist meine Bedingung für euer Handeln. Ich weiß, das ist schwer zu beurteilen, aber man kommt an einen Punkt, wo man weiß, hier geht es nicht voran. Dann beendet. Lasst mich würdevoll gehen, menschlich. Dazu gehört auch, dass ich mich verabschieden kann, dass meine Liebsten sich verabschieden können.

Das war der Punkt in der Corona Story, wo es für mich echt gruselig wurde, auch eine leichte Furcht vor dem Virus süpürbar war. Ich möchte nicht gehen, ohne mich verabschieden zu dürfen und ohne, dass meine Kinder und mein

Mann und meine Eltern an meinem Bett sitzen und mich begleiten und weinen dürfen. Und verdammt... das war und ist glaube ich immer noch verboten!!!! Hier ist Menschlichkeit zu Ende. Ich muss doch selbst bestimmen dürfen, ob ich das Risiko einer Infektion in Kauf nehme, um mich verabschieden zu können. Ärzte und Krankenschwestern dürfen das auch, müssen das sogar und werden nicht geftagt.

An diesem Punkt in der Corona Historie war ich raus, wurde ich zum Feind der Maßnahmen, zum angeblichen Verschwörungstheoretiker, zum Spalter der Gesellschaft, nunmehr nicht mehr nur in Risikogruppe oder nicht, sondern in Zweifler an den Maßnahmen oder Gläubiger. Vertraue ich meiner Regierung für mich das Richtige zu tun oder nicht? Das ist eine ganz persönliche Entscheidung, frei von rechts, links, frei von Parteien und Zugehörigkeiten. Hier geht es um ganz persönliche Dinge. Wie stehe ich im Leben? Welche Haltung habe ich Krankheiten gegenüber? Wie stehe ich zum Tod? Hier an diesem Punkt spaltet sich die Gesellschaft nun erneut. Das ist ein äußerst interessanter Spalt.

Ich beschäftige mich schon mein ganzes bewußtes Leben mit Krankheit und Gesundheit. Ich habe mein Leben diesem Thema gewidmet. Ich erlebe jeden Tag Krankheit und Gesundheit. Ich erlebe sehr kranke Menschen, die aus meiner Sicht äußerst gesund sind, und umgekehrt. Für mich geht es bei diesem Thema um die Haltung zum Leben. Ich erlebe krebskranke Menschen, die leben mehr und nehmen mehr am Leben teil, sind aktiver und halten sich selbst für gesünder als so manche junge Mutter mit zwei Kindern und Rückenschmerzen. Und damit möchte ich wirklich nicht Rückenschmerzen verharmlosen. Mit Schmerzen leben ist schlimm! Furchtbar. Was ich hier anspreche ist die Haltung, die persönliche Haltung zu Krankheit zum Leben, zum ich, zum Dasein.

Meine persönliche Haltung zu Krankheit ist etwas ganz natürliches, ich empfinde Krankheit als etwas, zum Leben dazugehöriges. Es geht halt nicht ohne. Es ist sogar gut. Ich habe oft, vor allem bei Kindern nach einer durchgemachten Krankheit einen Wachstumsprozess erfahren und beobachtet. Ich habe bei mir selber erlebt, dass sich viele Krisen mit einer Krankheit ankündigen und mit einer Krankheit gehen. Mein Körper nimmt teil an meinem seelischen Wachstum. Das resultiert aus dem Verständnis heraus, dass es keine seelische Erfahrung, keine Emotion gibt ohne körperliche Empfindung. Mein Körper spricht zu mir. Wenn ich traurig bin, kann ich diese Trauer auch körperlich spüren. Wenn ich einen Infekt habe, kann ich das auch auf seelischer Ebene wahrnehmen, ich bin dann nicht unbedingt glücklich darüber, auch wenn ich weiß, durch meine tägliche Arbeit, dass Krankheit, Infekte auch eine Reinigung des Körpers darstellen und somit auch einen äußerst positiven Aspekt haben. Ich kann mich auf dieser Ebene mit der Infektion beschäftigen, mich mit meinem Körper verbinden und ihm helfen sich zu reinigen. So werde ich keine Schmerzmittel nehmen, auch wenn es noch so weh tut. Ich werde keinen Hustensaft einnehmen, der den Hustenreiz unterdrückt, ich werde kein Fieber senken. Niemals! Ich helfe meinem Körper und unterstütze ihn dabei seinen Job zu tun. Wer bin ich, dass ich mir anmaße, es besser zu wissen als Jahrmillionen von Evolution? Unser Körper besitzt ein uraltes System, das autonome Nervensystem. Es ist ein streng dualistisches System, schwarz, weiß. viele kennen es, Parasympathikus, Sympathikus. Wenn wir einem Säbelzahn tiger begegnen in unserer Höhle, haben wir allen Grund Angst zu haben. Der Sympathikus hilft uns in dieser Situation die richtigen Entscheidungen treffen zu können und diese umzusetzen. Nur wir sitzen nicht mehr in der Höhle und der Säbelzahn tiger ist nun bestenfalls unser Chef, unser Partner, Geld, ein Virus. Die Mechanismen die im Körper jetzt geschehen, sind der Heilung feindlich gegenüber eingestellt. Nur noch die lebenswichtigen Organe werden durchblutet, der Cortisol Spiegel ist hoch. Leider ist unser gesamter Verdauungstrakt und unsere Reproduktionsorgane

nicht lebenswichtig. Heilung, Fortpflanzung, Sexualität, von der Empfängnis bis hin zur Geburt und darüber hinaus das Stillen, Verdauung, mit Nahrungsumwandlung und nochmal... Heilung, dies findet alles im Parasympathikus statt. In der Entspannung, frei von Angst. In einer Welt in der wir uns vor anderen Menschen fürchten sind wir im Dauersäbelzahnmodus. Das führt zu einem schlechten Immunsystem, das befindet sich nunmal im Darm. Unsere Abwehr ist geschwächt. Das Wissen über die Physiologie unseres Körpers hilft mir einen ausgewogenen Umgang mit der Welt zu finden. Was ist wirklich gut für uns, wenn wir krank sind und wie schützen wir uns vor Krankheit. Möglichst viel im Parasympathikus sein, in der Entspannung.

Wir wären schon längst ausgestorben, wenn unser Körper Ibuprofen für einen Infekt bräuchte. So ist meine Haltung zu Krankheit. zu meinem Körper. Bevor ich etwas tue, während einer Krankheit handle, frage ich mich, wie ihm das nützt. Das bedeutet nicht, dass ich nicht mein Leben genieße.

Ich liebe Rotwein, ich liebe Campari, ich liebe Schokolade und Kuchen und ich esse gerne Schinkenwürfel. Ja, klar, ich weiß viele meiner Klienten sind geschockt und erleichtert zugleich, wenn ich sage, es hat sich noch keiner in den Himmel gegessen. Auch hier gehe ich getrost mit dem Motto, die Dosis und der Grad der Bewußtheit macht das Gift. Ich glaube, ganz ehrlich, mein Körper kommt mit meinen Sünden klar, dafür habe ich halt ein paar Kilo zu viel. Vielleicht ist das genauso Selbstbetrug, wie die Ibuprofen beim Infekt. Und ja auch die finde ich ok, solange sie bewußt genommen wird mit dem Wissen, dass ich damit die Selbstheilungskräfte des Körpers unterdrücke, so wie ich meinen Zuckerhaushalt überlaste, wenn ich zuviel Schokolade esse.

Ich darf krank sein, ich darf Zucker essen, ich darf eine Schmerztablette nehmen, wenn ich das will! Ja, verdammt! Aber, was ich sehe ist, dass viele

beim letzteren mitgehen, beim kranksein nicht. Das gehört für mich aber genauso zum Mensch sein dazu wie das Zucker essen. Ich erlebe täglich junge Elternpaare, die Angst haben, wenn ihr Kind verrotzt ist. Ich erlebe schwangere, die durch jede angebotene Maßnahme ihrer Ärzte durchmarschieren in Angst um ihr ungeborenes Kind. Wir wollen doch nur das Beste! Ja! Was ist das Beste? Ist es das Beste, jeden Test mitzumachen für eine vermeintliche Gewissheit, die es nicht geben kann. Wir bezahlen mit unserer Angst. Jeden Test, jedes Ultraschall, jede vermeintliche Gewissheit bezahlen wir mit Angst, solange wir auf das Testergebnis warten. Und dann? Was wenn ich morgen einen Unfall habe? Was wenn ich mich morgen mit Corona infiziere? Die Gewissheit, die Gesundheit, die Schönheit, das Optimum nach dem wir suchen gibt es nicht. Der Reiz des Lebens besteht im Ungewissen, in der Überraschung vom Leben. Darin Risiken einzugehen, darin Einkaufswagen anzufassen, darin Menschen im Sterben zu begleiten auch wenn ich mich anstecken könnte. So what!!! Dann habe ich meinen Partner, meinen Vater, meine Nachbarin begleitet, wie schön!!! Wie sehr mich das bereichert, statt der Angst! Wie sehr mich das Menschsein bereichert statt der Angst. Ich esse gerne Schokolade, ich möchte ohne Maske meine Mitmenschen anlächeln und umarmen und ich möchte krank werden, Krankheit in Kauf nehmen dürfen. Ich beobachte immer mehr, wie sich die Menschheit von der Natur entfernt. Menschen gehen nicht mehr in den Wald, da gibt es Zecken. Es werden keine Beeren mehr am Wegesrand geflückt, da ist der Fuchsbandwurm drauf. Es wird kein Bärlauch geerntet, das könnten Maiglöckchen sein. Genauso verhält es sich aus meiner Sicht mit unserem Verhältnis zum Menschsein. Wenn ich das zulasse, dann kann ich ja sterben.

Nun kommt der Einwand, dass ich damit, dass ich krank bin, andere gefährde. Ja, ich stecke gerade 0,6 % der Menschheit an, indem ich, vorausgesetzt ich bin infiziert, Menschen wie früher, wie gewohnt begegne. Das ist dramatisch. Das ist schlimm. Das will ich natürlich nicht. Das kann ich nicht, vorausgesetzt

ich habe Angst vor Krankheit vor Infekten, vor dem Tod und hier schließt sich wieder der Kreis, beißt sich die Katze in den Schwanz, stecken wir fest im Teufelskreis.

Meine Ansicht vom Leben ist eine andere. Ich vertraue. Ich bin verbunden mit mir. Ich spüre mich jeden Tag, nicht jede Minute, aber ich übe das. Ich übe mich permanent zu spüren. Ich übe mich darin, mich wahrzunehmen auf allen Ebenen meiner Bewußtheit, körperlich, seelisch und geistig. Alles passiert gleichzeitig im Körper. Ich kann nicht glücklich sein, ohne eine körperliche Empfindung und ohne die Gedanken dazu. Ich kann nicht unglücklich sein, ohne die Empfindungen, die Sprache meines Körpers. Meine Körper spricht mit mir über diese Empfindungen. Ich spüre genau, wann ich mich anstecke. Ich spüre das auf seelischer, auf körperlicher und geistiger Ebene sofort, in genau diesem Moment. Ich stecke mich nicht an, ich werde nicht krank, solange ich empathisch bin mit meinen Mitmenschen. Wenn Menschen zu mir kommen, die krank sind und ich bin im Mitgefühl, ich fühle mit ihnen, manchmal leide ich auch noch mit ihnen, dann stecke ich mich nicht an. Dann spüre ich in meinem Körper deren Leid, ich kann die Schmerzen spüren, aber wenn ich mit mir verbunden bin, spüre ich das nicht, mein Mitgefühl schickt mir Licht und Liebe für diesen Menschen. Ich kann Dich lieben!

Manchmal geht das nicht. Dann weiß ich, ich kann mich jetzt anstecken, ich bin an einem Punkt in meinem Leben, da mein Körper, meine Seele mein Geist eine Krankheit braucht. Je mehr ich diesen Prozess leugne, desto schlimmer wird die Krankheit. Das habe ich an mir selbst und auch an meinen Klienten erlebt. Je mehr ich mich weigere, je mehr ich es nicht haben will, desto doller kommt es. Mittlerweile erkenne ich mich an meiner Nasenspitze. Ich weiß es auch oft bewußt, dass ich mich weigere krank zu werden, dennoch will ich nicht, wer will das schon. Der Körper macht es dennoch. Dann gebe ich mich irgendwann hin, ich nehme an. Das habe ich lernen müssen. Ich hatte fiesen Mist. Schlimme chronische Erkrankungen, wurde operiert, habe mich geweigert, wollte auf

biegen und brechen gesund sein, nicht krank sein, habe geleugnet, war wütend, hatte Schmerzen. Es wurde schlimmer und schlimmer. Das beobachte ich täglich in meiner Praxis. Wir leugnen damit aber auch das Menschsein, die Lust auf Schokolade, das Kranksein, aber auch ein Stück die schönen Dinge des Lebens. Das Leben besteht nunmal nicht nur aus Schönheit, Gesundheit und Reichtum. Die Welt ist nicht Instagram! Meine Welt liebt mich, hey, nicht die Cellulite, ich bin ja nicht Mahatma, sondern Katin Oehlschlaeger, ich bin auf dem Weg mich zu lieben. mich zu umarmen, mich anzunehmen in meiner Unlust, in meiner Furcht vor Parasitenbefall, vor fehlender Anerkennung, vor nicht geliebt werden. Während ich diese Zeile schreibe bin ich Mensch, weiß ich, dass viele nicht lieben was ich schreibe, kritisieren, was ich schreibe, ich nehme in Kauf, dass Hater mich "Hurensohn" betiteln und merke den Hohn in mir aber auch die Angst mich der Welt da draußen mit meiner Meinung zu stellen. Mich anderen Meinungen auszusetzen, nicht geliebt zu werden, ist wohl meine Krankheit und ich setze mir die "Krone" auf, wenn ich meinen Körper liebe, aber ich befinde mich im Prozess, in Bewusstheit dessen. Ich weiß darum und das ist der erste Teil, der erste Schritt zur Lösung. Ich spüre meine Achillesferse!!! Ich liebe sie! Ich nehme mich mit ihr an. So kann ich immer mehr ich sein. Wohin mich das führt? Keine Ahnung, in den Tod, das ist sicher. In ein bewusstes Leben ohne Masken, ohne Impfwang, ohne Einschränkung meiner Freiheitsrechte. In ein Leben in dem ich wieder umarmen darf, meine Kinder wieder zur Schule gehen dürfen, wir wieder unsere Feste feiern, in die Kirchen gehen ohne Angst vor Denunziation vor Gesetzesbruch. Das will ich nicht. So ein Leben will ich nicht! Da nehme ich den Tod in Kauf! Schütze sich vor mir wer mag! Ich will mich nicht spalten lassen, weder in rechts noch links noch in Risikogruppe, noch in immun oder geimpft-ungeimpft. Ich werde gefragt, was denn so schlimm daran sei für die Sicherheit einiger einfach eine Maske zu tragen? Das ist natürlich nicht schlimm. Die Maßnahmen im Einzelnen sind nie schlimm, in Summe sind sie unerträglich. Ich möchte nicht mit meinem Feigenblatt im Gesicht rumlaufen, die Tracking App auf on, die

Gesundheitskarte mit meinen Daten und allen Informationen gespeichert in der Tasche dafür kein Bargeld mehr. Ich möchte weiterhin protestieren dürfen, alleine mit einem Schild gegen eine Maßnahme demonstrieren dürfen. Das darf ich grad nicht. Ich möchte reisen dürfen, ja, ich will auch in den Sommerurlaub.

Wenn ich meine Oma im Altenheim besuche und merke mir kratzt der Hals, ja, dann setze ich mir eine Maske auf oder bleibe zu Hause. Haben wir das nicht schon immer so getan? Meine Kinder waren schon immer zu Hause, wenn sie krank sind. Ich habe sie nie mit Schnupfen in die Schule gegeben. Oft wurde ich gefragt, wieviel Fehlzeiten, sie denn schon hätten und ich habe mir und meinen Kindern erlaubt, krank zu sein und unser Umfeld zu schützen. Das ist doch natürlich, oder? Das Virus wird und muss sich ausbreiten. Das wird nun durch diese Maßnahmen länger dauern, als es uns lieb ist, denn noch immer leben die Menschen in Angst vor dem Virus, was sie schwächt. Das macht uns noch angreifbarer, auch für andere Krankheiten. Das ist nicht die Welt in der ich leben will. Wo gehen wir dann hin? Wer nimmt mich ungeimpft mit auf seine Insel auf der wir gemeinsam Schokolade essen, fair trade, bio, natürlich, konventionellen Campari trinken und Öko Landbau betreiben und unsere Körper, Seelen und Geister mit ihren krummen Gedanken so lieben und annehmen wie sie eben sind?

Ich war noch nie so gesund in meinem Leben, wie jetzt. Seit ich begonnen habe mich anzunehmen, mich zu spüren, mit all dem Guten und Schlechten, mit Gesundheit und Krankheit werde ich immer gesünder. Ich wünsche mir nichts sehnlicher als diese Sicht auf das Leben auch für meine Kinder. Denn Ich liebe sie und deren Schwächen und hoffe, sie nehmen sich mit ihren Schwächen an. Seid berührt! Katrin