

Umstellung von schwarz-weiß auf Farbe

Während ihrer Krebserkrankung war Haus LebensWert ein wichtiger Anker für Marion T. In der Kunsttherapie lernte sie, ihre Gefühle herauszulassen und entdeckte eine innere Quelle, die Bilder in allen Regenbogenfarben herbrachte.

„Brustkrebs. Todesangst. Achtmal Chemotherapie, Zellgift in meinem Körper. Kotzen bis zur Galle. Alles fällt ab. Dahin siechen. Achtmal wieder Aufstehen. Ich schaffe das, ich muss das schaffen. Operation. Ungewissheit. Keine Kraft mehr. Unsichtbare Strahlen durch meinen Körper. Dann endlich: Geschafft. Glück gehabt. Kein Krebs mehr zu sehen. Rehaklinik. Lebenskräfte wachsen von innen, langsam aber stetig. Tiefe Dankbarkeit: Ich habe eine neue Chance bekommen.

Ein Jahr ist das jetzt her. Ich bin nicht mehr dieselbe. Ein Teil von mir ist Schrittmacher für Schrittmacher wieder in die Welt der Gesunden gegangen. Ich gehe wieder arbeiten, wenn auch in Teilzeit. Vieles, was mir dort früher wichtig erschien, Schaukämpfe und Eitelkeiten, kann ich heute nicht mehr so recht ernst nehmen. Es bleibt eine Distanz, ein allgemeines Befremden. Mehr wiegt jetzt auch in meiner Arbeit das Mitmenschliche, das motiviert mich.

Mein Lebensmittelpunkt ist meine Partnerschaft, sind Familie und Freunde – das ist es, was mich durch meine Erkrankung getragen hat, das ist es, woraus ich schöpfe – viel bewusster als vorher.

Ich habe jede Menge unnötigen Ballast aus meinem Leben geworfen. Mir liegt das Einfache, Ursprüngliche, Naheliegende. Mehr schaffe ich auch nicht mehr. Ich bin ehrlicher geworden, zu mir selbst und auch zu anderen. Ein Ohr bleibt nach innen gerichtet: Will ich das hier gerade wirklich? Entspricht mir das? Was sagt mein Körper? Alles in Ordnung? Kann ich das schaffen oder ist das zu viel?

Im Hinterkopf immer das medizinisch Erforderliche. Wann ist die nächste Nachsorgeuntersuchung? Habe ich die Tabletten schon genommen? Die medizinischen Prozeduren sind mittlerweile gut verträglich, kein Vergleich zu vorher. Aber immer wieder muss ich mit Nebenwirkungen umgehen. Mal eine Unterleibsoperation, weil die Medikamente an der falschen Stelle gewirkt haben. Mal verliere ich Haare wie ein Vogel in der Mauser.

Egal – ich lebe! Und wie! Vor kurzem habe ich es sogar geschafft, in einer Gruppe die Alpen zu Fuß von Norden nach Süden zu überqueren, mitsamt Gepäck. Zwar war ich die Langsamste und schnaufte am Hang wie eine Lokomotive. Aber ich konnte dies erleben und habe auch festgestellt, dass niemand von uns die Aussicht oben so intensiv genossen hat wie ich.

Die Hände einfach machen lassen

Schon während der Akut-Therapie, aber auch danach war Haus LebensWert ein wichtiger Anker in meiner Woche. Hier habe ich über ein Jahr in der Freitagsgruppe an der Kunsttherapie teilgenommen. Ich hatte vorher das letzte Mal in der Schule gemalt und wollte einfach lernen, meine Gefühle herauszulassen, mehr auf meine innere Stimme zu hören. Das ist lebensnotwendig für mich, denn den Krebs hatte ich lange überhört. Ich habe dort die wunderbare Erfahrung gemacht, dass in mir eine Quelle ist, die Bilder in allen Farben des Regenbogens hervorsprudelt, wenn ich meine Hände nur machen lasse. Ich habe dort zunächst viele dunkle und schwere Bilder gemalt, später mehr Bilder, die mir Kraft gaben. Das und vor allem die Gespräche in der Gruppe haben mir sehr geholfen, Ballast abzuwerfen, wieder auf die Beine zu kommen und einen neuen Weg einzuschlagen. Es

haben sich auch Freundschaften in der Gruppe entwickelt und diesen Kontakt haben wir nach unserem Ausscheiden aus der Freitagsgruppe fortgesetzt. Freitag ist der Tag, an dem ich nicht arbeite, mein Tag für Kreativität und Lebensfreude. Ich male auch öfters zuhause. Dann und wann steigen einfach Bilder auf, die ich auf Papier bringe, je nachdem, was gerade dran ist.

Heute nehme ich auch schon mal Goldglitter. Einfach alles in meinem Leben ist viel intensiver geworden. Es ist wie eine Umstellung von Schwarz-Weiß auf Farbe. So seltsam es klingen mag: Mein altes Leben will ich nicht mehr zurück. Zwar sitzt mir in meinem neuen Leben die Angst ständig im Nacken, aber sie zwingt mich unnachgiebig auf den richtigen Weg.

War es das? Oder bricht der Krebs nächste Woche wieder aus? Habe ich noch zwei, fünf, zwanzig Jahre? Ich weiß es nicht, niemand weiß es. Dieses eine Jahr in meinem Leben war jedenfalls das bisher wunderbarste. Jeder Tag ein Geschenk.“