

# Leseprobe

Dr. Mark Mincolla

## Die Macht der Wunder

Entfalte die verborgene Heilkraft deines höheren Selbst

---

Bestellen Sie mit einem Klick für 11,00 €



---

Seiten: 288

Erscheinungstermin: 22. März 2023

Mehr Informationen zum Buch gibt es auf

[www.penguinrandomhouse.de](http://www.penguinrandomhouse.de)

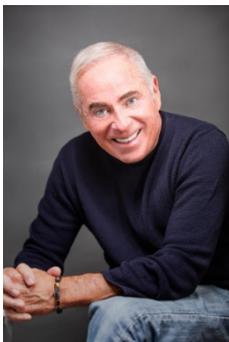
# Inhalte

- Buch lesen
- Mehr zum Autor

## Zum Buch

---

»Die Macht der Wunder« ist ein faszinierendes Abenteuer für Geist und Seele. Wunder geschehen keineswegs zufällig, so die Grundannahme dieses Buches – wir selbst erschaffen sie! Wie? Der Heilpraktiker und Energieheiler Dr. Mark Mincolla erklärt, wenn wir unseren Geist bewusst öffnen und die göttliche Kraft, die in jedem von uns ruht, spüren und erkennen, können wir Wunder bewirken. Mincolla ist nicht nur Vertreter einer ganzheitlichen Medizin mit über 35 Jahren Praxis-Erfahrung. Als er selbst lebensbedrohlich erkrankt war, erfuhr er die heilende Wirksamkeit der eigenen Behandlungsmethode am eigenen Leib. In »Die Macht der Wunder« erzählt er von seiner persönlichen Erfahrung, teilt wissenschaftliche Erkenntnisse und bietet konkrete Bewusstseins-Übungen an, mit Hilfe derer wir unsere Selbstheilungskräfte mobilisieren und aus uns heraus selbst zu Schöpfern wahrer Wunder mit anhaltender Wirkung werden.



### Autor

## Dr. Mark Mincolla

---

**Dr. Mark Mincolla** studierte Psychologie, Ernährungswissenschaften und Gesundheitsmanagement an der Columbia University, New York. Er kombiniert traditionelle Techniken chinesischer Energie-Heilkunst mit neuesten Erkenntnissen der Ernährungswissenschaft zu einem individuell ausgerichteten elektromagnetischen Muskel-Trainingsprogramm. Mehr als drei Jahrzehnte unterstützt der charismatische Quantum-Energie-Heiler mit

DR. MARK MINCOLLA  
Die Macht der Wunder



GOLDMANN

### *Buch*

*Die Macht der Wunder* ist ein faszinierendes Abenteuer für Geist und Seele. Wunder geschehen keineswegs zufällig, so die Grundannahme dieses Buches – wir selbst erschaffen sie! Wie? Der Heilpraktiker und Energieheiler Dr. Mark Mincolla erklärt, wenn wir unseren Geist bewusst öffnen und die göttliche Kraft, die in jedem von uns ruht, spüren und erkennen, können wir Wunder bewirken. Mincolla ist nicht nur Vertreter einer ganzheitlichen Medizin mit über 30 Jahren Praxiserfahrung. Als er selbst lebensbedrohlich erkrankt war, erfuhr er die heilende Wirksamkeit der eigenen Behandlungsmethode am eigenen Leib. In *Die Macht der Wunder* erzählt er von seiner persönlichen Erfahrung, teilt wissenschaftliche Erkenntnisse und bietet konkrete Bewusstseinsübungen an, mithilfe derer wir unsere Selbstheilungskräfte mobilisieren und aus uns heraus selbst zu Schöpfern wahrer Wunder mit anhaltender Wirkung werden.

### *Autor*

Dr. Mark Mincolla studierte Psychologie, Ernährungswissenschaften und Gesundheitsmanagement an der Columbia University, New York. Er kombiniert traditionelle Techniken chinesischer Energieheilkunst mit neuesten Erkenntnissen der Ernährungswissenschaft zu einem individuell ausgerichteten elektromagnetischen Muskeltrainingsprogramm. Mehr als drei Jahrzehnte unterstützt der charismatische Quantum-Energie-Heiler mit ganzheitlichem Ansatz seine Patienten erfolgreich auf dem Weg zu einem bewussteren und gesünderen Leben.

Dr. Mark Mincolla

# DIE MACHT DER WUNDER

*Entfalte die verborgene Heilkraft  
deines höheren Selbst*

Aus dem amerikanischen Englisch  
von Andrea Panster

GOLDMANN

Die englische Originalausgabe erschien 2021 unter dem Titel »The Way of Miracles:  
Accessing Your Superconsciousness« bei Beyond Words, Portland, Oregon.

Alle Ratschläge in diesem Buch wurden vom Autor und vom Verlag sorgfältig erwogen und geprüft. Das Buch dient jedoch nicht der Diagnose oder Behandlung von Gesundheitsstörungen. Bevor Informationen und Ratschläge aus diesem Buch angenommen und umgesetzt werden, sollte zuvor ein Arzt oder eine Ärztin konsultiert werden. Eine Garantie kann nicht übernommen werden. Eine Haftung des Autors beziehungsweise des Verlags und seiner Beauftragten für Personen-, Sach- und Vermögensschäden ist daher ausgeschlossen.

Sollte diese Publikation Links auf Webseiten Dritter enthalten,  
so übernehmen wir für deren Inhalte keine Haftung,  
da wir uns diese nicht zu eigen machen, sondern lediglich  
auf deren Stand zum Zeitpunkt der Erstveröffentlichung verweisen.



Penguin Random House Verlagsgruppe FSC® N001967

1. Auflage

Deutsche Erstausgabe März 2023

Copyright © 2021 der Originalausgabe: Beyond Words, Inc., Portland, Oregon.  
[www.beyondword.com](http://www.beyondword.com)

© 2021 by Mark D. Mincolla, PhD

Copyright © 2023 der deutschsprachigen Ausgabe: Wilhelm Goldmann Verlag,  
München, in der Penguin Random House Verlagsgruppe GmbH,  
Neumarkter Str. 28, 81673 München

Dieses Buch wurde vermittelt von Sylvia Hayse Literary Agency,  
LLC und Agence Schweiger

Umschlag: Uno Werbeagentur, München

Umschlagmotiv: © Daniel Plistier

Illustrationen Innenteil: © Daniel Plistier

Redaktion: Ingrid Lenz-Aktaş

Satz: Satzwerk Huber, Germering

Druck und Bindung: GGP Media GmbH, Pößneck

Printed in Germany

SC · CB

ISBN 978-3-442-22359-6

*Für Fabiola Rohd,  
die mich inspirierte und stets unterstützte.*

Unsere Quelle ist unerschöpflich. Sie ist  
Teil des unendlichen universellen Felds des  
Überbewusstseins. Dieses Feld ist grenzenlos,  
und dort geschehen Wunder in Hülle und Fülle!

Dr. Mark Mincolla

# INHALT

Vorwort .....	9
Einführung.....	11
1. Mein unverhofftes Wunder .....	13
2. Bewusstsein .....	41
3. Zustände .....	77
4. Un-Wohlsein und Unwohlsein (= Krankheit).....	129
5. Der Zustand des Wohlbefindens .....	153
6. Der Wechsel zur transpersonalen Identität .....	177
7. Überbewusste Heilung.....	203
8. Überbewusstsein .....	233
Nachwort.....	267
Dank .....	269
Glossar.....	271
Anmerkungen .....	277
Lektüreempfehlungen .....	283
Sachregister .....	285

# VORWORT

Dieses Buch ließ mich besser verstehen, wie Wunder geschehen und dass jeder Einzelne dafür verantwortlich ist, sie Wirklichkeit werden zu lassen.

Ich konnte sofort nachvollziehen, wie man Marks Verständnis nach Wunder in seinem Leben vollbringt; ich habe solche am eigenen Leib erlebt, so wie Sie wahrscheinlich auch. Wir merken nicht immer, wenn Wunder geschehen, weil uns niemand gezeigt hat, welche Rolle sie in unserem Leben spielen. Unser analytisches Denken schiebt diese Momente gern als bedeutungslos beiseite, dabei kann schon das kleinste Wunder ein Leben verändern. Mark stellt Methoden und Lektionen vor, mit denen wir das beschränkende Konzept der Nichtakzeptanz überwinden und zu einem allumfassenden kognitiven Gewahrsein gelangen können, das *tatsächlich* Wunder manifestieren kann.

Es ist nicht schwer, Möglichkeiten zum Wirken von Wundern zu schaffen, doch dazu bedarf es mehr als bloßer Absicht. Damit wir Wunder vollbringen können, bedarf es unter anderem der Erwartung; wir müssen lernen, mit dem Herzen zu denken oder ihm zu folgen, und zu guter Letzt im Zustand überbewusster Energie leben.

Wenn wir unser Bewusstsein darin schulen, angstfrei zu leben, die Sicht auf unsere Lebensrealität zu erweitern, sodass sie alle unsichtbaren energetischen Wirklichkeiten einschließt, und emp-

fänglich für die unendliche Macht der Quelle zu sein, ebnet dies Wundern der Heilung und Genesung den Weg, die unser Leben wahrlich verändern können.

– *Brit Elders, Geschäftsführerin ShirleyMacLaine.com*

# EINFÜHRUNG

Wenn ich mich umschaue, sehe ich eine Welt, in der die Krankheit auf dem Vormarsch ist, und eine Gesundheitsindustrie, die zunehmend den Bezug zu den tieferen Heilungsbedürfnissen der Menschen verliert, denen zu dienen sie sich müht. Sie behandelt Symptome, nicht das Wesentliche, und offenbart nur selten, dass wir auf vielen Ebenen unseres Seins der Heilung und der Ganzheit bedürfen. Deshalb ist es mir wichtig, ein Konzept für die optimale Heilung und Gesundheit zu präsentieren, das ich mit enormem Erfolg einsetze.

Ich bin Heiler und praktiziere natürliche Ernährungsmedizin. In den letzten 37 Jahren habe ich über 60 000 Beratungsgespräche geführt, und ich schätze mich glücklich, dass ich in dieser Zeit an einer nie dagewesenen Zahl von wunderbaren Heilungen teilhaben durfte. Andere Ärzte hielten die meisten dieser transformativen Heilungen für unmöglich, und doch sind sie auf wundersame Weise geschehen.

Die Frage ist: Wie konnten sich diese vermeintlich unmöglichen Genesungen ereignen?

Zweifellos haben maßgeschneiderte Ernährungstherapien dazu beigetragen, die Gesundheit wiederherzustellen, aber ich erkannte, dass diese Wunder geschahen, weil da noch etwas war, das über Superfood, Spezialdiäten und Nahrungsergänzungsmittel hinausging. Es war noch etwas ganz anderes am Werk, das sowohl die Patienten als auch mich als Therapeuten auf eine höhere Ebene hob.

Dieses andere ist das Überbewusstsein – eine Energie, die keine Grenzen kennt. Es lässt sich erreichen, indem wir das personale Bewusstsein oder allgegenwärtige Gewährsein, das wir sind, mit dem universellen Geist verschmelzen.

Indem wir die Ebene unseres Gewährseins erhöhen, erhalten wir Zugang zur grenzenlosen Macht unseres ganzen Seins, sodass jeder von uns Wunder wirken kann, die unser Leben heilen und inspirieren. Das vorliegende Buch soll allen Menschen helfen, sich mit dieser ultimativen heilenden Kraft zu verbinden.



## *Mein unverhofftes Wunder*

Es mag sich unglaublich anhören, aber während ich plante, ein Buch über die wunderbaren Heilungen meiner Patientinnen und Patienten zu schreiben sowie einen Dokumentarfilm darüber zu drehen, steckte ich plötzlich in einer Reihe von unerwarteten, lebensverändernden Ereignissen, die dazu führten, dass ich selbst verzweifelt eines Wunders bedurfte. Dies ist mein persönlicher Weg, der von Faktoren, die meine eigene gesundheitliche Krise ausgelöst haben, über mein völliges Gebrochensein bis hin zum Gewährsein und der Ganzheit einer vollständigen Transformation führte. Ich hätte nie gedacht, dass ich einmal darüber schreiben würde, aber ich tue es, weil ich es für wichtig halte, anderen davon zu berichten. Düstere Faktoren im Leben können jederzeit jeden von uns treffen, und sie können auf vielen Ebenen zerstörerisch wirken. Mein Weg hilft Ihnen vielleicht zu verstehen, wie sich die einzelnen Elemente der überbewussten Heilung gegenseitig unterstützen und wie die

ganzheitliche, die vollständige Verbindung aus Körper, Geist und Seele, Wunder Wirklichkeit werden lassen kann, wenn sie mit dem Überbewusstsein des Universums verschmilzt.

Ich glaube zwar nicht, dass ich es je für selbstverständlich gehalten habe, aber ich hatte mich doch an ein gutes, von außergewöhnlicher Gesundheit geprägtes Leben gewöhnt. Ich war ziemlich stolz darauf, mehr als fünfzig Jahre lang weder verschreibungspflichtige noch freiverkäufliche Medikamente benötigt oder genommen zu haben. Ich ernährte mich hervorragend, nahm Nahrungsergänzungsmittel und trieb regelmäßig Sport. Doch Anfang Frühjahr 2014 nahmen die Dinge eine schnelle und deutliche Wendung. Zahlreiche beunruhigende Symptome stellten sich ein. Ich bemerkte eine leichte Einschränkung meiner Mobilität, vor allem auf der linken Seite. Da ich viermal die Woche fünf Kilometer weit marschierte, hatte ich ein sehr gutes Gefühl für meinen Gang und meine Haltung, und von Zeit zu Zeit merkte ich nun, dass mein linker Arm auf meinen Morgenspaziergängen nicht so dynamisch mitschwang wie sonst. Außerdem war ich am Ende der Arbeitswoche sowohl körperlich als auch geistig auffallend erschöpft. Die Situation verschlechterte sich allmählich, und nach und nach traten eine Reihe weiterer Symptome auf.

Bis zum Winter 2015 waren alle meine Muskeln und Gelenke entzündet und schmerzten. Obwohl meine Ernährung und Kalorienzufuhr gleich geblieben waren, hatte ich in etwa drei Monaten über acht Kilogramm an Gewicht verloren. Mein ganzes Nervensystem wurde zunehmend überempfindlich und gereizt. Ich war ängstlich und manchmal sogar panisch, was eigentlich nicht meiner Art entsprach. In den darauffolgenden eineinhalb Jahren verschlimmerten sich die Symptome, bis mir im Frühsommer 2016 mit einem Mal die Hände zu zittern begannen und meine motorischen Fähigkeiten deutlich nachließen. Die einfachsten kognitiven Herausforderungen wurden für meinen einst messerscharfen Ver-

stand zu einem Kampf. Ich hatte Schwierigkeiten, mich zu artikulieren und mit dem gewohnten Selbstvertrauen und der gewohnten Flüssigkeit zu sprechen. Aufgaben, die früher ganz einfach gewesen waren, wie aufrecht zu stehen, zu gehen, zu sprechen, mich anzuziehen (Knöpfe zuzuknöpfen, Schuhe zuzubinden und einen Gürtel durch die Schlaufen zu ziehen), zu duschen, mich im Bett umzudrehen und Mahlzeiten zuzubereiten, waren auf einmal ein massives Problem. Trotz meines optimalen Ernährungs- und Bewegungsprogramms produzierte mein Körper entzündungsfördernde Stresshormone im Überfluss, die mich fix und fertig machten. Es kam mir vor, als würden mich mein Körper und mein Verstand verraten. Dieser Eindruck war so stark, dass ich mich im Herbst 2016 selbst kaum noch wiedererkannte. Das Gefühl, mich völlig von meinem einst so starken und verlässlichen Kern meines Selbst entfernt zu haben, ließ mich verdrießlich werden.

Allmählich wurde mir klar, dass ich zum Opfer meiner eigenen Entscheidungen geworden war. Es ist durchaus möglich, dass biochemische Faktoren zu meinem systemischen Zusammenbruch beigetragen haben. Aber ich konnte nicht leugnen, dass auch Stress, Überarbeitung und Selbstverrat eine große Rolle spielten. Angesichts dieser körperlichen und geistigen Herausforderungen musste ich zugeben, dass radikale Veränderungen in meinem Privat- und Berufsleben meine mentale Belastung auf ein Maximum erhöht hatten. Kurz davor hatte ich einen wichtigen Vertrag für eine neue Veröffentlichung unterzeichnet, und es war mir gelungen, innerhalb eines engen Zeitfensters die Abgabetermine zweier unmittelbar aufeinanderfolgender Buchprojekte zu halten. Das Ergebnis waren zwei Bestseller und ein Nautilus Book Award für das visionärste Buch des Jahres. Beide Bücher wurden innerhalb von neun kurzen Monaten geschrieben, hergestellt und ausgeliefert. In dieser Zeit trat ich auch in der *Dr. Oz Show* sowie allerlei anderen Fernsehsendungen auf und gab Hunderte von Interviews fürs Radio. Gleich-

zeitig tourte ich durchs ganze Land, hielt Seminare und gab weitere Interviews – getragen von der mächtigen Vajra-Energie.

Es gibt einen besonderen Prozess des Aufstiegs und der Vollendung durch Läuterung, der in der esoterischen buddhistischen Vajrayana-Lehre durch den *Vajra*, den »Donnerkeil« oder »Blitzstrahl«, symbolisiert wird. Er steht für eine plötzliche und dramatische Veränderung der Energie, die uns aus dem langen Leidensweg unserer karmischen Evolution heben und aus ihr hinausschleudern kann. Vajra ist wie eine plötzliche und unerwartete Schockwelle, die den Lauf unseres Lebens für immer verändert – ganz anders als der allmähliche Prozess von Sanchita Karma, der uns Schritt für Schritt nach Vollendung streben lässt. Vajra katapultiert uns ohne Vorwarnung jäh zum Erfolg. Die große Intensität und der Schock von Vajra können den Körper extrem belasten und manchmal sogar lebensbedrohlich sein. Durch seine derart drastischen karmischen Veränderungen wirkt Vajra nicht nur Wunder, sondern ist manchmal auch dafür verantwortlich, dass wir selbst eines Wunders bedürfen. Sehr schnell fiel ich in diese Kategorie.

All dies mündete in eine Phase, die mein Leben von Grund auf verändern sollte. Ich war stets der Ansicht gewesen, dass immer alles offen auf dem Tisch liegt, aber jetzt war auf meinem Tisch einfach kein Platz mehr. Es schien, als hätten sich Ursache und Wirkung verkehrt und gerieten immer weiter außer Kontrolle. Es war, als brächte jede negative Wirkung eine neue Ursache hervor, aus der wieder die nächste Welle von Wirkungen entstand. Viele meiner bisherigen karmischen Entscheidungen hatten sich zu einem Kippunkt summiert, an dem sie sich nun rächten. Mir war klar, dass ich an einer entscheidenden Wende meines Lebens stand. Es war, als gebe es einen Ratenzahlungsplan, um meine karmischen Schulden aus diesem und allen vorherigen Leben zu tilgen.

Zu Hause hatte ich eine florierende Praxis. Ich behandelte jeden Tag ein Dutzend Patientinnen und Patienten, besaß eine wö-

chentliche Radiosendung und lieferte zweimal im Monat einen Fernsehbeitrag zum Thema Ernährung für eine Tochtergesellschaft des Fox-Networks in Boston. All meine seltsamen körperlichen Veränderungen spielten sich vor dem Hintergrund eines sehr anstrengenden Lebens ab, und ich hatte einfach keine Zeit dafür. Noch schlimmer war, dass ich im Privatleben an eine unnachgiebige Grenze stieß.

Eine wichtige Erkenntnis bezog sich auf meinen Verrat an mir selbst. Bedauerlicherweise hatte ich die meiste Zeit meines Lebens viele meiner wichtigsten Bedürfnisse ignoriert. Ich war darauf programmiert zu geben, konnte aber selbst nichts annehmen. Als jüngstes von vier Kindern war ich in einer Familie aufgewachsen, in der Harmonie ein seltenes und kostbares Gut war, und deshalb von Kindesbeinen an gewohnt, in die Rolle des Friedensstifters zu schlüpfen. Und obwohl ich zum Heilen geboren bin, kostete es mich sehr viel Kraft, ein Heiler werden zu müssen. Meine eigenen Bedürfnisse standen oft hinter einer unendlichen Abfolge von Dramen zurück. Viele Beziehungen, die ich im Laufe meines Lebens eingegangen war, sind deshalb eher unbewusste Reaktionen meines verletzten kindlichen Selbst als das bewusste Handeln meines höheren Selbst gewesen. Ich war selbstlos bis zur Selbstaufgabe geworden. Ich initiierte, ermöglichte, betreute und entschuldigte. Doch nun wurde ich mit dem Karma konfrontiert, das in vielen Jahren echter Selbstverleugnung angewachsen war. Ich hatte das Gefühl, ein wirklich guter Mensch zu sein, weil ich mich eifrig bemühte, alle Menschen gut zu behandeln. Das heißt alle, außer mich selbst. Allmählich dämmerte mir: Wenn ich ein großer Mensch werden wollte, würde ich lernen müssen, ehrlich und gut zu mir zu sein und mich selbst wertzuschätzen.

Ich lernte auf die harte Tour, dass die Selbstlosen einsam leiden. Als ich mich im freien Fall befand, waren viele der Menschen, mit denen ich mich umgeben hatte, entweder nicht willens oder nicht

fähig, mich bedingungslos zu unterstützen. Als ich am Boden lag, bürdeten mir einige derjenigen, die mir am nächsten standen, sogar noch zusätzliche Lasten auf. Damals verloren Worte wie *Freund* und *Geliebter* ihre Klarheit. Ich lernte, dass man sich erst dann auf sein eigenes Urteil verlassen und gesunde Beziehungen aufbauen kann, wenn man sich aufrichtig liebt und mit sich selbst anfreundet. Ich wusste, jetzt ging es um mich, und die nackte Wahrheit war, dass sich mein Geist schon so lange unwohl gefühlt hatte, dass mein Körper nun vor Krankheiten nur so strotzte.

So oder so musste sich etwas ändern, und ich beschloss, umgehend zu handeln. Ich hatte das Gefühl, es mit etwas zu tun zu haben, das sich nur schwer fassen ließ, wie Lyme-Borreliose und/oder einem Retrovirus. Und weil sich meiner Ansicht nach die Schulmedizin mit solchen unklaren Beschwerden schwertut, wollte ich den Heilungsprozess dadurch anstoßen, dass ich selbst tätig wurde. Ich begann, mich anhand meines eigenen energiediagnostischen Systems umfassend zu beurteilen. Meine Analyse ergab als Grundursache meiner Symptome eine akute neurologische Entzündung infolge einer chronischen bakteriellen Infektion, verbunden mit einem begleitenden Retrovirus (das sind chronische RNA-Viren, die sich vermehren, indem sie einen DNA-Strang in das Erbgut von Zellen einbauen) und Pilzinfektionen nach Schimmelkontakt. Ich fragte mich, wie sich meine Situation so schnell und mit einer solchen Wucht hatte entwickeln können. Es war klar, dass Dauerstress und Selbstverrat meine Abwehrkräfte fast vollständig vernichtet hatten. Ich weiß noch, dass ich mich so schnell wie möglich aus dieser schrecklichen Situation retten wollte, da sich mein Zustand mit jedem weiteren Tag verschlechterte.

Ich begann sofort mit einer strengen entzündungshemmenden Diät, an die ich mich erst zu 85 Prozent, dann zu 100 Prozent hielt. Ich sorgte dafür, dass keinerlei Milchprodukte, Weizen, Eigelbe, Mais, Nüsse, Samen, fermentierte Lebensmittel, Alkohol

oder raffinierter Zucker auch nur in die Nähe meines Gaumens kamen. Ich begann, antibakterielles kolloidales Silber mit 1100 ppm<sup>1</sup>, 3600 Milligramm Monolaurin zur Bekämpfung des Retrovirus und homöopathische Tropfen gegen die Folgen des Kontakts mit Schimmelpilzen zu nehmen. Trotz dieser anfänglichen Bemühungen verschlechterte sich mein Befinden weiter. Auf dem Höhepunkt der Erkrankung hatte ich es nun sowohl mit den Auswirkungen der absterbenden Mikroorganismen als auch mit dem Herxheimer-Effekt der Erstverschlimmerung zu tun. Das heißt, während ich die infektiösen Mikroorganismen abtötete, setzten sie Giftstoffe frei, die geradewegs in meinem Blutkreislauf landeten. Mir wurde allmählich klar, dass dies keine gewöhnliche gesundheitliche Krise war, sondern ich hatte das Gefühl, es mit mutierten und getarnten Mikroben zu tun zu haben.

Ich lenkte ein und kontaktierte einen befreundeten Mediziner, denn ich wusste instinktiv, dass sich die traditionelle westliche Schulmedizin und die Naturheilkunde in diesem Fall ergänzen konnten. Ich hatte vor, mein Blut in einem seriösen Labor gründlich untersuchen zu lassen. Mein Arzt ließ ein umfassendes Blutbild machen. Die Ergebnisse zeigten, dass die Tests auf Neuroborreliose, Mykoplasmosen (eine bakterielle Infektion) und das Epstein-Barr-Virus (eine Folge von Stress) tatsächlich positiv waren. Ich gehe oft im Wald spazieren und hatte es offenbar geschafft, mir auf einem meiner Ausflüge eine Zecke einzufangen. Wegen der starken Belastung durch mein hektisches Leben und des Immunschwächeproblems aufgrund der bakteriellen und viralen Infektionen war ich besonders anfällig für die Folgen, die der Biss dieses kleinen Tierchens haben kann.

Was die Behandlungsmöglichkeiten anging, ließ ich nichts unversucht. Zwischen 2015 und 2018 probierte ich 50 bis 60 verschiedene natürliche und pharmazeutische Medikamente aus und nahm die Dienste von Ärzten, Pflegefachkräften, Lasertherapeuten, Aku-

punkteuren, Chiropraktikern, Masseurern, Qigong-Therapeuten, Reiki-Therapeuten, Psychologen, Energieheilern und Medien in Anspruch. Ich war verzweifelt. Obwohl ich mich den verschiedensten Therapien unterzog, wurden meine permanenten körperlichen, geistigen und emotionalen Schmerzen immer stärker.

Bis zum Jahr 2017 hatten sich die Schmerzen dramatisch verschlimmert, und allmählich schwanden meine Kraft, Mobilität und Balance sowohl in der oberen als auch in der unteren Körperhälfte. Im Herbst 2017 konnte ich kaum noch gehen. Mein Rücken und meine Beine waren nicht einmal mehr stark genug, mich aufrecht zu halten. Es fühlte sich an, als würden meine Muskeln absterben.

Damals gelang es mir nur durch die Kraft meines Geistes und weil ich mich meinen Patientinnen und Patienten verpflichtet fühlte, jeden Tag wieder zur Arbeit zu erscheinen und eine Möglichkeit zu finden, wie ich funktionieren konnte – wenn auch nur gerade so. Meine Patienten kamen, und ich beriet sie, so gut es mir im Sitzen und unter starken Schmerzen eben möglich war. Das war schwieriger, als ich je hinreichend erklären könnte. Ich beschloss, meinen Patientinnen und Patienten ehrlich zu sagen, was ich gerade durchmachte. Arbeitstag für Arbeitstag und Augenblick für Augenblick musste ich mich durch gewaltiges Elend, Schmerz und sogar Scham quälen. Ich bin ein zutiefst spiritueller Mensch und dennoch ein ganz normaler Sterblicher. Ich hatte meinen menschlichen Stolz noch nicht ganz überwunden. Meinen Platz im Leben hatte ich mir sehr hart erarbeitet, und ich hing noch an den äußeren Zeichen des materiellen Erfolgs, der körperlichen Schönheit und egobasierten Macht. Mir war klar, dass das Universum in dieser Phase meines Lebens von mir erwartete, diese ichbezogenen Begrenzungen zu überwinden.

Meine schnell schwindende Kraft, Balance und Mobilität – von Depressionen, Angst und Panik ganz zu schweigen – zwangen mich dazu, den sozialen Rückzug anzutreten. Weil es nicht anders ging,

zog ich mich immer weiter ins Privatleben zurück. Ich weiß noch, dass ich mich an früher erinnerte, als ich sehr ungerne allein gewesen war. Nun erwies sich diese Zeit des Alleinseins als eine Zeit großen Wandels, da sie mir Gelegenheit gab, meine seelische und geistige Entwicklung noch einmal Revue passieren zu lassen. Mir wurde klar: Indem ich zugelassen hatte, mich für meine hehren Ziele und Visionen aufzuarbeiten und sie mein Mensch-*Sein* in ein *so tun als ob* verwandeln ließ, hatte ich mich selbst verraten. Diese Erkenntnis machte es mir möglich, mir selbst zu vergeben. Mit Meditation und Gebet konnte ich schließlich eine tiefe und liebevolle Beziehung zu meinem vergessenen Selbst herstellen. Dies war ganz offensichtlich eine Phase des Ausgleichs in meinem Leben, in der ich lernen sollte, mit mir allein zu sein; eine Zeit, all die Dämonen der Selbstverachtung auszutreiben. Ich konnte tatsächlich spüren, wie sich mein Geist und meine Seele weiteten, während mein Körper sich zusammenzog.

Schon immer war mir der hinduistische Glaube nahe, demzufolge am Ende alles auf Karma und Moksha hinausläuft. Alles, was wir denken, sagen und tun, erzeugt entweder Karma (negative Folgen unseres Handelns) oder Moksha (Erlösung vom Leiden). Mir wurde klar, dass ich an diesem Punkt in meinem Leben die Quittung für viele karmisch verhängnisvolle Entscheidungen präsentiert bekam. Mein Unbewusstes verbarg tiefe innere Turbulenzen, die in meiner ganzen Seele widerhallten. Mir wurde bewusst, dass die tiefen Wunden meines bisherigen Lebens den Dialog mit meinem Selbst störten. Meine gestörte Beziehung zu mir selbst hatte zu ungesunden Beziehungen zu anderen geführt. Mein Geist fühlte sich unwohl, und mein Körper konnte der Belastung nicht mehr standhalten. Es gab einen Ratenzahlungsplan, und ich zahlte einen hohen Preis für Moksha. Am 2. Juli 2018 war meine Partnerin Fabiola abends zum Essen bei mir. Nach ein paar schönen gemeinsamen Stunden klang der Abend gegen 23 Uhr allmählich aus.

Sie ging, und wie es meine Gewohnheit war, verriegelte ich die Wohnungstür nicht sofort, sondern wollte erst abschließen, nachdem ich mich fertig zum Schlafengehen gemacht hatte. Als sie fort war, ging ich gleich ins Bad, doch mein Gang wurde nun sehr unsicher. Ehe ich mich versah, lag ich mit dem Gesicht auf dem kalten, harten, gefliesten Boden. Am schlimmsten aber war, dass ich keinen Muskel rühren konnte. Während ich reglos dalag, musste ich eine Mischung giftiger Dämpfe und Substanzen der Badreinigungsmittel einatmen und schlucken, die ich im Fallen umgestoßen hatte. Ich war buchstäblich nicht in der Lage, den Kopf zur Seite zu drehen. Ich war gefangen im eigenen Körper. Ich erinnere mich an folgende Gedanken: »Bin ich gelähmt? Habe ich eine Gehirnerschütterung? Blute ich? Was ist gerade passiert?«

Immer wenn wir uns gegenseitig besuchen, schreiben Fabiola und ich uns vor dem Zubettgehen noch eine Nachricht, um uns eine gute Nacht zu wünschen. Da ich mich nicht bewegen konnte, kam ich auch nicht an mein Telefon heran. Während ich hilflos auf dem Boden lag, hoffte ich inständig, dass ich sowohl wegen des fehlenden Gute-Nacht-Grußes als auch wegen der unverschlossenen Wohnungstür schließlich gefunden würde. Ich erinnerte mich daran, dass wir uns vor Fabiolas Weggang gerade erst drei Stunden lang über »unnötiges Sorgenmachen« unterhalten hatten. Unwillkürlich fragte ich mich, ob das Thema unserer Unterhaltung meine Chancen auf eine rasche Rettung nun schmälern könnte. Die Stunden vergingen, und allmählich wurde mir klar, dass dieses Dilemma einem göttlichen Zweck diene.

Fast fünf Jahre lang hatte ich quälende chronische Schmerzen, Entzündungen, eine überwältigende Erschöpfung und eine tiefe geistige wie emotionale Entkräftung erduldet. Nun lag ich vollständig gelähmt auf dem Boden eines Badezimmers und atmete giftige Chemikalien ein. Ich schwankte zwischen der Frage, ob ich in dieser Nacht sterben würde, und der Unklarheit, ob ich überhaupt

