

# Die Zwiebel



Rundbrief der Selbsthilfegruppe „Die Zwiebel“ – Oktober 2012



Der Sommer ist mit all seiner Sonnenkraft zu Ende, und der Herbst stimmt uns auf die bevorstehende dunkle Jahreszeit ein.

Am 23.Sept. nahm ich an einem besonderen Herbstritual, dem sog. „Schwellenfest“, an dem Tag und Nacht gleich lang sind, teil. Über die Schwelle gehen bedeutet, den ersten Schritt in etwas Ungewisses, in etwas, das vielleicht noch im Dunkeln liegt, zu wagen.

Vor diesem Übergang zeigte sich in mir noch einmal die Dankbarkeit. Danke für die Fülle, die Wärme und das Licht des Sommers, danke für die Liebe und die Freude und das, was mich genährt hat, danke für die Erfahrungen und die Ernte, die mir inneren und äußeren Reichtum beschert hat.

Und was lasse ich los, weil es mich hindert, den Schritt über die Schwelle zu setzen? Gute Überlegung.

Und was nährt mich in der kommenden Dunkelheit? Gibt sie mir Schutz und Geborgenheit auf der Reise mehr nach innen zu tieferen Gefühlen - oder macht sie mir Angst? Nehme ich mir Zeit dafür? Sorge ich selbst für meine Nahrung oder überlasse ich das anderen? Darüber könnten wir uns gerne bei einem unserer nächsten „Zwiebel-Treffen“ austauschen.

Immer wieder streben wir nach Balance in unserem Leben. So ist es vielleicht tröstlich zu wissen, dass die Natur das Gleichgewicht zwischen Licht und Dunkel nur zu zwei Zeiten im Jahr, der Tag- und Nachtgleiche im Frühling und im Herbst, erreicht.

Ich wünsche euch eine farbenprächtige, gesunde und nährnde Herbstzeit!

Gina Kekere

Dank an die ehrenamtlichen Mitarbeiter und die **blauPAUSE**, 1120 Wien für das Entgegenkommen bei den Druckkosten

IMPRESSUM: Herausgeber: Selbsthilfegruppe „Die Zwiebel“, [www.gruppe94.at](http://www.gruppe94.at)  
Redaktion: Gina Kekere, Layout: Eva Ordelt, Grafik: Gina Kekere  
Druck: blauPAUSE, [www.blaupause.org](http://www.blaupause.org)

## TERMINPLAN 2012/13

kostenlose **GRUPPENTREFFEN** in den Räumen der Gruppe 94,  
1040 Wien, Wiedner Hauptstr. 60b, Stg.3 oder Klagbaumgasse, Hoftor

für Krebserkrankte und/oder deren  
Angehörige/Freunde

jeweils Dienstag, 19 Uhr

**2012**

2. Oktober

6. November

12. Dezember

(Adventfeier)

Gedankenaustausch für Trauernde  
mit Heide

jeweils Donnerstag, 19 Uhr

**2012**

16. Okt. 22. Nov. 13. Dez

**2013**

10. Jän. 7. Feb. 7. März

**Bitte um Anmeldung!**

### **Veranstaltung mit Künstlerlesung: Krebs einmal anders**

Freitag, den 19. Oktober 2012 um 19.00 Uhr im Festsaal der Bezirksvor-  
stehung Wieden, 4., Favoritenstraße 18, Anmeldung ist erforderlich.  
Näheres s. Seite 4

### **Ärztliche-Schamanische Ambulanz:**

jeden Montag (Vor Anmeldung im Büro)

### **TCM-Beratung, Dr. Leo Spindelberger**

Donnerstagstermine: 18. Okt., 8. und 29. Nov., 13. Dez.  
(Vor Anmeldung im Büro)

### **Seminar nach Dr. C. Simonton zur Stärkung der Selbstheilungskräfte**

Leitung Dr. Thomas Schmitt

Freitag, 16. Nov. 2012, 19 Uhr – Sonntag, 18. Nov. 2012, 13 Uhr

in 3943 Schrems, GEA-Akademie, Niederschremser Str. 4b

Alle aktuellen Termine finden Sie unter: [www.gruppe94.at](http://www.gruppe94.at)

Wir würden uns freuen, wenn Sie uns schreiben, uns Ihre Meinung kund-  
tun und/oder Kommentare zu unseren Beiträgen liefern.

Per Post, per mail ... oder gerne auch persönlich!

Wir sind erreichbar:

Dr. Thomas Schmitt: 0664/5811642

Trixi Schiman und Rosa Eckhardt: +43 (0)1 5811558

## **KREBS EINMAL ANDERS**

### **Starke Therapie durch einen gemeinsamen Weg**

#### **Mit Benefizlesung von Karl Heinz Hackl „Lachen ist gesund“**

Die Diagnose „Krebs“ zieht den meisten Menschen den Boden unter den Füßen weg. Sie suchen einen Weg der Heilung. Die Quellen „Schulmedizin“, „Komplementärmedizin“, „Psychoonkologie“ und „Palliativmedizin“ können helfen, diesen Weg zu finden.

Die „Gruppe 94 – Zentrum für ganzheitliche Krebsberatung“ hat mit dem Bezirksvorsteher des vierten Bezirks, Leopold Plasch, einen besonderen Abend für Betroffene und Interessierte organisiert. Es ist eine Informationsveranstaltung der anderen Art: Spezialisten der oben genannten Richtungen bieten Ihnen die Möglichkeit, gemeinsam Ihren Weg zur Gesundheit zu betrachten. Sie können diese Spezialisten befragen, ob und wie sie Potenzial sehen, Ihren Weg zu verstärken oder die Sicherheit zu erlangen, dass es passt, was Sie bereits tun. Sie können wahrnehmen, dass Sie noch nicht alle Quellen ausgeschöpft haben und so Neues erfahren. Die Spezialisten sind Prof. Dr. Leo Auerbach, Leiter der komplementärmedizinischen Ambulanz im Wiener AKH, Prof. Dr. Christian Dittrich, Primar der III. Medizinischen Onkologie des Kaiser-Franz-Josef-Spitals und Prim. Dr. Harald Retschitzegger, Leiter des Mobilien Hospiz der Caritas Wien.

Auch eine betroffene Krebspatientin sitzt mit auf der Plattform, um zu zeigen, wie wichtig die verschiedenen Aspekte sind, vor allem aber aufzuzeigen, „Krebs ist besiegt“. Wir wollen an Hand ihrer Krankengeschichte zeigen, was alles möglich ist im Kampf gegen den Krebs oder auf dem Weg zur Gesundheit. Auch wenn Sie sich selbst nicht einbringen mit Ihrer Krankengeschichte, so nehmen Sie durch die Diskussionen der anderen selbst viele Anregungen und Ideen mit.

„Humor“ ist dort, wo Gesundheit da ist. Nicht todernst, sondern mit einem Schmunzeln nach Hause gehen zu können, dafür danke ich schon jetzt einem Selbstbetroffenen. Burgschauspieler Karl Heinz Hackl beschließt den Abend mit der heiter- besinnlichen Lesung „Lachen ist gesund“.

Danach gibt es noch die Gelegenheit, bei einem kleinen Buffet, zur Verfügung gestellt von Bezirksvorsteher Plasch, die Spezialisten persönlich zu sprechen.

Wer will, kann auch zu einer kostenlosen Beratung in die Gruppe 94 ([www.gruppe94.at](http://www.gruppe94.at)) kommen.

Die Informationsveranstaltung findet am Freitag, den 19. Oktober 2012 um 19.00 Uhr im Festsaal der Bezirksvorstehung Wieden, 4., Favoritenstraße 18, statt. Anmeldung ist erforderlich: 4000/04/111, Montag bis Freitag von 7.30 Uhr bis 16.00 Uhr.

Dr. Thomas Schmitt  
Obmann Gruppe 94

### **Die Diagnose Lungenkarzinom führte mich durch Zufall (gibt es den?) zur Gruppe 94.**

Nach einem Gespräch mit Dr. Thomas Schmitt stand für mich fest, zusätzlich zu meiner Chemotherapie auch alternative Wege zu beschreiten. Mir wurde u.a. eine schamanische Sitzung angeboten, der ich anfangs - zugegebenermaßen - unsicher und auch ein wenig skeptisch gegenüberstand. Klingt doch sehr exotisch in unserem Kulturkreis! Und doch wollte ich alles in Anspruch nehmen, was sich mir bot, um wieder gesund zu werden.

Kurz nach Beginn der Sitzung stellte sich in mir ein bis dato unbekanntes, angenehmes und beruhigendes Gefühl ein. Die Resonanz der Trommelschläge erzeugte einen konstanten „Om-Ton“, der Leib und Seele durchdrang. Es fühlte sich an wie eine innere Massage für Körper, Geist und Seele.

Beschwingt und mit einem außergewöhnlich gutem Gefühl und aufgeladen mit neuer Energie fuhr ich nach Hause. Ein Zustand, den ich schon lange nicht mehr hatte.

Das Bemerkenswerteste stellte sich am nächsten Morgen ein. Ich war plötzlich in der Lage, ein langjähriges Problem (von dem ich annahm, dass ich es niemals lösen könnte und es daher meinen Heilungsprozess beeinträchtigen würde) von einem neuen Blickwinkel aus zu betrachten. Diejenigen, die mir das Problem verursacht hatten, sah ich in einem anderen Licht, ich versuchte, ihren Standpunkt einzunehmen.

Seitdem belastet mich diese Angelegenheit nicht mehr, es geht mir körperlich und seelisch besser. Ich gehe mit Optimismus in die Zukunft und freue mich schon jetzt auf die nächste schamanische Sitzung.

W.S.

Vielen Dank der Verfasserin dieses Erfahrungsberichtes, dass sie uns an ihrem „Schwellenschritt“ teilhaben lässt.



Wege entstehen dadurch, dass man sie geht.  
Franz Kafka

**Wir danken unseren Sponsoren:**

**kapsch >>>**



**germania apotheke,  
1150Wien**



**Naturfrieseur –  
Claudia Waltenberger, Schrems**

Gerd Fussi ist Heide Mühls Bruder, sie leitet die Trauergruppe. Wir danken ihm herzlich dafür, dass er uns erlaubt hat, seine sehr persönlichen Traumerfahrungen in unserem Rundbrief zu veröffentlichen! Aufgrund der Länge des Beitrages bringen wir seine Aufzeichnungen in Fortsetzungen. In dieser Ausgabe lest ihr die Einleitung zum ersten Traum.

## **Meine Träume in der Intensivstation (Wilhelminenspital)**

Durch meine Grunderkrankung - Multiples Myelom - waren meine Immunwerte so mies, dass ich mit einer schweren beidseitigen Lungenentzündung in mein „Stammhaus“ (in dem ich seit 2005 ein- und ausgehe, um mich der Kunst der Ärzte anzuvertrauen) eingeliefert wurde. Nach etlichen Komplikationen und täglichen Fieberschüben um 40° wurde ich als keuchendes Wrack von einer Intensivstation in die andere gereicht und schließlich in den Tiefschlaf geschickt. Ab da begann ein unglaublicher, hochinteressanter „Trip“ in eine irrealer Welt. Meiner Frau sagte man, sie müsse mit dem Schlimmsten rechnen. Ich fiel, ums Überleben kämpfend, von einem Traum in den anderen.

In der Zeit des Tiefschlafs weiß ich nicht, ob ich etwas von außen mitbekam, sicher jedoch in der langsamen Aufwachphase. Ich befand mich in einer für mich völlig realen, de facto jedoch in einer Traumwelt. Ich war überzeugt, mich in einem Spital jenseits des Semmerings zu befinden. Die Position des Spitals, in dem ich mich glaubte, war inmitten verschneiter Berge, an einer Bahnstrecke, die direkt mit dem Spital in Verbindung stand und die auch eine maßgebliche Bedeutung für verschiedene Therapien hatte, die hier getätigt wurden. Weiters hatte dieses Spital verschiedene Gebäude, z.B. eines, welches hoch am Berg lag und nur mit Auto oder Bahn erreichbar war. Dies alles sah ich völlig klar in der sicher medikamentenbedingten „Scheinwelt“, die ich erlebte. Kein Zweifel an der Position des Spitals in dieser verschneiten Welt im „Nirgendwo“. Kein Zweifel an der Echtheit aller Dinge, vom Haupthaus des Spitals bis zu dem in verschneiten Höhen befindlichen Nebengebäude, wohin ich immer wieder gebracht wurde. Alle Fahrten mit dem Zug waren für mich völlig real, bis hin zu der Fahrt in das geheimnisvolle Labyrinth des Endbahnhofes, hoch in den verschneiten Bergen, welches zu sehen jedoch streng verboten war. (Ich werde später auf diesen Traum genau eingehen.) All dies erlebte ich mit völlig geschlossenen Augen, „sah“ jedoch alles im Traum bis in das kleinste Detail und in unglaublich intensiven Farben.

Wenn ich jetzt zurückdenke, war diese surreale Welt vielleicht eine Rettung für mich. Ich kam nie auf den Gedanken eine schwere Krankheit zu haben,

sondern sah viele kranke Menschen um mich, die alle kein Gesicht hatten und immer wieder bald verschwanden.

Immer waren es „Todesträume“. In diesen musste ich mich mit allen mir zur Verfügung stehenden Mitteln gegen Mächte auflehnen, die mir nach dem Leben trachteten. Immer war ich dabei in einem ohnmächtigen Zustand, scheinbar ohne Hoffnung auf Rettung. Die Phasen der Träume waren oft grauenvoll und angsterfüllt. Interessanterweise fast immer in gefesseltem Zustand, gebunden oft an Händen und Füßen. (Ich wusste natürlich nicht, dass ich aus Sicherheitsgründen mit meiner rechten Hand am Bett fixiert war.) Am Ende jedes Traumes konnte ich jedoch immer diesen Fesseln entkommen. Aus einem einzigen Traum wurde ich real herausgeholt. Ich konnte eine Hand erkennen, die plötzlich langsam in das Geschehen eindrang. Meine Frau holte mich durch die Berührung mit ihrer Hand aus einem solchen unheimlichen, in leuchtenden Farben „erlebten“ Traum in die Realität zurück. Hier vermischten sich Traum und Wirklichkeit völlig.

Meine Scheinwelt dauerte einige Tage an, in dieser Zeit gab ich die kuriossten Meldungen von mir. Meine Besucher warnte ich vor dem Schneetreiben in den Kurven der Semmeringstraße. Eine Krankenschwester fragte ich nach einem Zahnarzt in Judenburg. Eines Nachts war ich in meiner Vorstellung bei einer Party im „oberen“ Trakt des Spitals, also hoch am Berg. Aber niemand war mehr da, mich hinunter in das Haupthaus zu bringen. So bat ich die Schwester, mich am Ende ihres Dienstes in ihrem Auto mitzunehmen, um mich dann in mein Zimmer im Hauptgebäude zu bringen. Es gelang mir sogar, höchst wackelig aufzustehen und zum Schrecken der Schwester wie ein Gespenst vor ihr zu stehen, um meinem Wunsch Nachdruck zu verleihen. Die Reaktion war für mich vernichtend. Reize niemals eine Dienst habende Nachtschwester!

Warum sich meine fünf Träume so in mein Hirn eingefressen haben, dass ich sie bis heute abrufen kann, ist mir schleierhaft. Vielleicht habe ich diese Träume immer wieder in einzelnen Nächten erlebt- oder waren die Umstände während der Tiefschlafphase die Ursache für diese ungewöhnlich konzentrierte Speicherung in meinem Gedächtnis? Ich weiß es nicht. Eines ist aber allen fünf Träumen gleich: Immer wieder konnte ich aus all den grauenhaften Szenen am Ende unbeschadet entkommen. Heute noch spüre ich, wenn ich daran denke, die körperlich erleichternde Entspannung, die mir damals jedes Mal am Ende eines Traumes widerfuhr, aber auch die enorme Verspannung während all dieser grauenvollen Traumerlebnisse. Niemals jedoch konnte ich einen Traum willentlich beeinflussen.

Gerd Fussi