

Diana Grünberg

1 x Chemo mit Esprit, bitte!

**LESEPROBE**

DIANA GRÜNBERG

# 1 x Chemo mit Esprit, bitte!



SHEEMA

Ein Brückenschlag zwischen  
Schulmedizin und Spiritualität

Diana Grünberg

1 x Chemo  
mit Esprit, bitte!



**SHEEMA**

## **Bibliografische Information der Deutschen Bibliothek**

Die Deutsche Bibliothek verzeichnet diese Publikation in der Deutschen Nationalbibliothek; detaillierte Daten sind im Internet über <http://dnb.ddb.de> abrufbar.

1. Auflage 2017

Originalausgabe

Copyright © 2017 Sheema Medien Verlag,

Inh.: Cornelia Linder, Hirsbergerstr. 52, D - 83093 Antwort

Tel.: +49 (0)8053 – 7992952

<http://www.sheema-verlag.de>

Copyright © Diana Grünberg

ISBN 978-3-931560-51-5

**Coverbild und Autorinnenfoto:** © Silvan Scheibe 2017 | Facebook: silvansblickwinkel

**Illustrationen im Innenteil:** © Kim Partheymüller | [kimpartheymueller.com](http://kimpartheymueller.com)

**Umschlaggestaltung:** Sheema Medien Verlag, Schmucker-digital

**Lektorat:** Laura Kauther

**Gesamtkonzeption:** Sheema Medien Verlag, Cornelia Linder

**Druck und Bindung:** FINIDR, s.r.o., Český Těšín

## **Allgemeine Hinweise:**

Das gesamte Werk ist im Rahmen des Urheberrechts geschützt. Jede vom Verlag nicht genehmigte Verwertung ist unzulässig. Dies gilt auch für die Verbreitung durch Tonträger jeglicher Art, elektronische Medien, Internet, photomechanische, und digitalisierte Wiedergabe sowie durch Film, Funk, Fernsehen einschließlich auszugsweisem Nachdruck und Übersetzung. Anfragen für Genehmigungen im obigen Sinn sind zu richten an den Sheema Medien Verlag unter Angabe des gewünschten Materials, des vorgeschlagenen Mediums, gegebenenfalls der Anzahl der Kopien und des Zweckes, für den das Material gewünscht wird.

Dieses Buch dient keinem rechtlichen, medizinischen oder sonstigen berufsorientierten Zweck. Die hier gegebenen Informationen ersetzen keine fachspezifische Beratung oder Behandlung. Wer rechtlichen, medizinischen oder sonstigen speziellen Rat oder Hilfe sucht, sollte sich an einen geeigneten Spezialisten wenden. Autorin und Verlag übernehmen keine Haftung für vermeintliche oder tatsächliche Schäden irgendeiner Art, die in Verbindung mit dem Gebrauch oder dem Vertrauen auf irgendwelche in diesem Buch enthaltenen Informationen auftreten könnten.

*Ich war ein Suchender und bin es immer noch,  
aber ich habe aufgehört,  
die Bücher zu fragen und die Sterne –  
und angefangen,  
auf die Lehren meiner Seele zu hören.*

*– Rumi –*

---

# INHALT

- 8 ..... Begleitwort von Cornelia Linder
- 10 ..... Intro
- 12 ..... **Der Wendepunkt**
- 12 ..... Aus Ungewissheit wird Gewissheit
- 21 ..... Die endgültige Diagnose
- 25 ..... Mein spirituelles Erwachen
- 30 ..... **Geburt der silbernen Ritter**
- 30 ..... Die Aussöhnung mit der Schulmedizin
- 33 ..... Der Engel an meiner Seite
- 38 ..... Das großartige Gefühl des Annehmens
- 40 ..... Seelen können ungeduldig sein
- 44 ..... „Denn sie wissen nicht, was sie tun“
- 47 ..... Von Engeln umgeben
- 50 ..... Versteckte Geschenke
- 53 ..... Mein magischer Spaziergang im Wald
- 55 ..... Im Dienst der Menschen
- 57 ..... **Unterwegs auf kosmischen Reisen**
- 57 ..... Eintritt in meine Herzenskammer
- 60 ..... Mein Krebs bekommt einen Namen: Aaron
- 64 ..... Aaron – der Krieger
- 67 ..... **Der erste chemotherapeutische Zyklus**
- 73 ..... Die silbernen Ritter
- 79 ..... Science-Fiction
- 82 ..... Die Sache mit den Haaren
- 85 ..... Meine Sternenfamilie
- 89 ..... Der Beginn meiner Wechseljahre

92	.....	<b>Der zweite chemotherapeutische Zyklus</b>
96	.....	Heilende Unterstützung aus der geistigen Welt
98	.....	Bekanntschaft mit meinem Seelenselbst
101	.....	Der Denker in mir
103	.....	Mir geht es unerwartet gut
106	.....	Die Illusion der Gedanken
111	.....	<b>Der dritte chemotherapeutische Zyklus</b>
112	.....	Alles darf <i>gleich-gültig</i> sein
118	.....	Einladung an den Tod
125	.....	Mutter Erde schickt mir einen neuen Bauplan
128	.....	Abschied von Aaron
135	.....	<b>Der vierte chemotherapeutische Zyklus</b>
135	.....	Das Ergebnis der Untersuchungen
143	.....	Meine Operation
151	.....	<b>Der fünfte chemotherapeutische Zyklus</b>
156	.....	<b>Der sechste und letzte chemotherapeutische Zyklus</b>
159	.....	Die Zeit danach
162	.....	Weihnachten 2015 und das neue Jahr
167	.....	<b>Was bedeutet Heilung für mich</b>
176	.....	<b>Das Ende aller Bewertungen</b>
184	.....	<b>Der Krebs – mein größtes Geschenk</b>
189	.....	<b>Anhang:</b>
189	.....	Nachwort von PD. Dr. med. Nikos Fersis: Die Sicht des Arztes
204	.....	Der Drei-Säulen-Therapieplan
210	.....	<b>Danke</b>
213	.....	<b>Vita</b>

# INTRO

Jeder Mensch sieht das Leben durch die Filter seiner Überzeugungen. Durch Erziehung, Bildung, unser Umfeld, die Medien und die gesellschaftlichen Werte haben sich diese Überzeugungen im Laufe unseres Lebens herausgebildet. Die meisten Menschen stellen ihre Überzeugungen erst dann infrage, wenn ein Schicksalsschlag ihr Leben berührt oder sie eine Diagnose erhalten, die ganz plötzlich das gesamte Leben auf den Kopf stellt.

Wenn all die Dinge, die vorher so wichtig erschienen, von dir abfallen – der Job, der Partner, das Geld oder die Gesundheit – dann tauchen plötzlich Fragen auf. Fragen, die im Alltag oft übergangen werden.

Was ist wirklich wichtig?

Wer bin ich wirklich?

Was bin ich?

So erging es mir jedenfalls. Und je tiefer ich es wagte, in diese Fragen einzutauchen, umso erstaunlicher wurden die Antworten. Vieles, was vorher schwer erschien, wurde einfach.

Meine Geschichte ist kein Masterplan für deine Gesundheit oder die Lösung deines Problems. Doch meine Erzählung kann einen Funken in dir entfachen, der dir zeigt, wie kraftvoll du in



Wirklichkeit bist. Wenn du diese Kraft in dir entdeckst, scheint Licht in jede Art von Krankheit und jede Herausforderung. Das Drama ist beendet und du kannst deine gesamte Kraft zur Gesundheit und Heilung einsetzen.

In diesem Buch lasse ich dich an meinen Gefühlen, Erlebnissen und Gedanken teilhaben. Es ist ein sehr persönliches Buch, sodass es für mich stimmiger ist, dich in der Du-Form anzusprechen. Ich hoffe, das ist in Ordnung für dich.

Nun wünsche ich dir eine bewegende Lesezeit. Tauche ein in meine Erzählung und vielleicht entdeckst du, so wie auch ich entdecken durfte, dass weit mehr möglich ist, als wir oft glauben.

Namaste\*,  
*Diana*  
im Frühjahr 2017

---

\*Namaste ist eine im indischen Kulturraum häufig gebrauchte Grußform: Die Handflächen werden in Herznähe aneinander gelegt und der Kopf wird leicht nach vorne gebeugt. Es heißt, dass Mahatma Gandhi auf eine Frage Albert Einsteins, was Namaste bedeute, geantwortet habe: „Ich ehre den Platz in dir, in dem das gesamte Universum wohnt. Ich ehre den Platz des Lichts, der Liebe, der Wahrheit, des Friedens und der Weisheit in dir. Ich ehre den Platz in dir, wo, wenn du dort bist und auch ich dort bin, wir beide eins sind.“

# DER WENDEPUNKT

## Aus Ungewissheit wird Gewissheit

„Frau Grünberg, ich muss Ihnen leider sagen, dass das wie Brustkrebs aussieht.“

Mir blieben die Worte im Hals stecken und Tränen schossen in meine Augen. „Lassen Sie das genauer untersuchen und warten Sie nicht mehr länger“, bat mich die Ärztin eindringlich. Hilflos fragte ich sie, was ich jetzt tun sollte und wo ich hingehen könne. Sie gab mir zwei Adressen, die sie mir aus dem Internet herausuchte. Dann wünschte sie mir alles Gute und verabschiedete mich.

An einem sonnigen Tag im Juli 2015 erhielt ich die sehr wahrscheinliche Diagnose „Brustkrebs“. Ich war 260 km nach München gefahren, da ich aufgrund meiner Ablehnung gegenüber der Schulmedizin nicht zu einem „normalen“ Gynäkologen gehen wollte. In der Hoffnung, dass mir mit ein paar Kügelchen geholfen werden könnte, da ja nicht nur das Symptom behandelt, sondern ganzheitlich vorgegangen wird, suchte ich mir eine Frauenärztin, die homöopathisch arbeitete. Ich fand sie in München, doch anstatt Kügelchen zu verordnen, empfahl sie mir schnellstmöglich eine genaue Diagnose in einem Brustzentrum stellen zu lassen.

Auf dem Heimweg telefonierte ich mit meinem Mann, um ihm die ernüchternde Neuigkeit mitzuteilen. Er sagte nur zu mir: „Im Prinzip wusstest du es doch, oder?“ Und er hatte recht. Ja, ich wusste es schon lange. Und *jetzt*, genau *jetzt*, nicht gestern, nicht morgen, sondern *jetzt* war der Zeitpunkt, um zu handeln.

Bereits im Mai 2013 zeigte sich ein erster Hinweis auf das, was an diesem Tag in München Wirklichkeit zu werden begann.

( ... )

# GEBURT DER SILBERNEN RITTER

## Aussöhnung mit der Schulmedizin

Nach der Diagnose hatte ich die Wahl mir entweder weiter „OM“ vorzusingen oder mich in schulmedizinische Hände zu begeben. Für mich stand in diesem Moment fest, dass ich dies alleine mit meiner bisherigen Herangehensweise nicht schaffen würde. Zu groß waren die Zweifel, mich selbst heilen zu können. Der spirituelle Gedanke an die eigene Schöpferkraft ist schön und gut, doch musste ich mir an diesem Punkt eingestehen, dass ich mich außer Stande sah, ganz und gar in Alternativheilverfahren zu vertrauen. Nun war es soweit: Ich sprang in den scheinbar tiefen Abgrund. Ich entließ mein Ego und alle angelesenen, schädigenden Gedanken über die Wirkung einer Chemotherapie, denn trotz dieser seit Jahren aufgebauten Überzeugungen, sah ich genau darin eine große Unterstützung in meinem Heilungsprozess. Der innere Widerstand gegen eine schulmedizinische Behandlung löste sich mehr und mehr auf. Und dann kam er, dieser erleuchtende Gedanke, der mir all den Schrecken einer Chemotherapie nahm.

*Wenn alles, was ist, Licht ist, dann ist auch eine Chemotherapie Licht. Wenn also ich Licht bin und die Chemo Licht ist, wie sollte sie mir dann schaden?*

Ist es nicht wieder nur der Gedanke, der etwas verurteilt? Ist das Mittel der Chemotherapie nicht einfach nur neutral? Und gebe ich diesem mit meinen Gedanken den Stempel „gut oder schlecht“? Und wie sehe ich den Menschen, der dieses Mittel entdeckt hat? Mit welcher Euphorie und Freude hat er wohl geforscht, um Menschen zu helfen? Steckt da nicht auch Liebe in diesem Medikament? Als ich mir diese Fragen stellte, fühlte ich plötzlich genau diese Euphorie, diese Freude, diese Liebe. Die Angst verließ meinen Körper und das Vertrauen begann in mir zu wachsen. Mein negatives Bild einer chemotherapeutischen Behandlung löste sich auf und das Bild meiner silbernen Ritter wurde geboren. Später zeigte sich genauer, was es mit diesen kleinen Helferlein auf sich hatte, aber zunächst spürte ich einfach ein tiefes Gefühl von innerem Frieden in mir und ich verstand: Noch immer war ich in der Welt des Verurteilens gefangen gewesen, ohne es bewusst bemerkt zu haben. Wir können noch so viele spirituelle Bücher lesen oder Erwachsenenseminare besuchen, solange wir im Prozess des Wertens bleiben, können wir nicht heil werden. In diesem Zusammenhang fällt mir auch das Buch „Lieben was ist“ von Byron Katie ein. Ich war fasziniert von ihrer Geschichte und dem Prinzip, nicht zu urteilen. Wie oft hatte ich mich darin versucht, ihren Weg nachzuahmen und die berühmten vier Fragen gestellt, um Probleme zu lösen. Ich hatte versucht, etwas mit dem Verstand zu begreifen, was der Verstand nicht begreifen kann, anstatt ins Fühlen einzutauchen, was eben

am besten in der Gedankenstille gelingt. Und in dieser Stille findet auch keine Wertung statt. Ich erkannte, dass ich meinen eigenen Weg zu gehen hatte und nicht den Weg eines anderen. Weder Byron Katie noch Brandon Bays noch irgendein anderer würde mir zeigen können, was für mich funktioniert. Es war nun an der Zeit meine eigene Reise zu beginnen.

( ... )

## DER FÜNFTE CHEMOTHERAPEUTISCHE ZYKLUS

Zu Hause begutachtete ich mich vor dem Spiegel. Obwohl mir ein großes Stück aus meiner linken Brust entfernt worden war, sah ich keinen Unterschied zwischen beiden Brüsten. Lediglich die Narbe wies auf einen Eingriff hin. Mein Engel in Weiß hatte wieder einmal seine fachliche Kompetenz unter Beweis gestellt. Auch die Nachsorgeuntersuchung war positiv ausgefallen und ich fühlte, wie mein Körper von Tag zu Tag wieder seine innere Balance fand. Ich war so gut wie schmerzfrei, ab und zu ziepte leicht eine Narbe, was mich jedoch nicht daran hinderte, jeden Morgen meine Dehnübungen zu machen, um Verklebungen im Narbengewebe zu vermeiden. Das Joggen unterließ ich vorerst auf Anraten der Ärzte. So begnügte ich mich mit moderaten Spaziergängen und Nordic-Walking-Einheiten. Nach wie vor ging ich bei Wind und Wetter in die Natur, um von ihrer Heilkraft zu profitieren.

Aufgrund meiner Operation verzögerte sich mein nächster Chemotherapie-Zyklus um zwei Wochen. Die Wunden sollten erst gut verheilen und mein Körper sich von den vergangenen Strapazen erholen, bevor er wieder Höchstleistung erbringen musste. Nach dieser fünfwöchigen Chemopause bekam ich dann am 23. November die vorletzte Dosis meiner silbernen Ritter.

Dieses Mal musste ich mich innerlich etwas motivieren, um die erneute Chemotherapie so gelassen aufzunehmen, wie die letzten Male. Ich fühlte mich topfit und hatte keine große Lust auf dieses Glaskuppelgefühl.

Wie schon an den vorangegangenen Zyklen, verbrachte ich den Tag mit Cornelia auf der mir mittlerweile sehr gut bekannten Station. Wir kannten das Stationspersonal sowie das ganze Prozedere vom Gesundheitscheck über die formelle Aufnahme auf die Station bis hin zum Anstechen des Ports. Es war für uns mittlerweile Routine, was gleichzeitig auch für Gelassenheit und Entspannung sorgte. Die tiefen spirituellen Gespräche, die Cornelia und ich an diesen Tagen führten, erleichterten es mir sehr, die Medikamente in einem Zustand völliger Gelöstheit und ohne jegliches Gefühl von Angst in meinem Körper willkommen zu heißen. Während das chemotherapeutische Mittel erneut durch meinen Körper floss, schloss ich meine Augen und beobachtete aufmerksam den Weg meiner silbernen Ritter. Ich nahm wieder ganz bewusst die kleinen Veränderungen, wie ein Kribbeln in den Fingern oder auf den Lippen, wahr und vermittelte meinen fleißigen Helferlein gleichzeitig gedanklich, die gesunden Zellen möglichst zu erhalten. Vor meinem inneren Auge zeigte sich mir ein Bild, wie das Heer der silbernen Ritter liebevoll mit der Körperabwehrpolizei harmonierte und sich beide gegenseitig zum Wohle aller unterstützten. Da war weder Krieg noch Kampf. Alles geschah in einem gegenseitigen Einvernehmen und selbst



die verirrten Zellen waren erleichtert, den Weg zurück ins Licht zu finden. Wie auf einer großen Leinwand verfolgte ich dieses Geschehen und übergab die Kontrolle meinem hochintelligenten Körper.

Ein langer schöner Tag ging vorüber und ich stellte mich darauf ein, die kommenden zwei, drei Tage wieder etwas beschwerlicher durch meinen Tag zu schreiten. Doch wider Erwarten ging es mir viel besser als bei den vorangegangenen Zyklen. Das Gefühl unter einer Glaskuppel zu stehen, stellte sich gar nicht ein und selbst der Druck im Bauchraum war verhältnismäßig gering. Nichtsdestotrotz ruhte ich mich die ersten Tage viel aus, machte ganz gemächliche Spaziergänge in der warmen Novembersonne und ließ mich von meinem Mann mit sanften Massageeinheiten verwöhnen. Ach, wie schön ist doch das Leben! Und das inmitten einer Chemotherapie. Was wurden nicht alles für Horrorszenarien in den Medien beschrieben, die ich nun nicht mehr teilen konnte. Ich wünschte, ich könnte mit jedem einzelnen, der gerade eine derartige Therapie durchschreitet, meine Erfahrungen teilen. Es ist nicht die Therapieform, die uns schädigt, sondern unsere Gedanken, von denen wir glauben sie seien wahr.

Mittlerweile ging ich auch wieder vermehrt unter die Leute. Aufgrund des sehr positiven Therapieverlaufes war ich psychisch gut gefestigt, um auf Fragen, die mit hoher Wahrscheinlichkeit auf mich zukommen würden, gut zu reagieren. Die Vorweihnachtszeit war bereits angebrochen und der Weihnachtsmarkt

öffnete seine Pforten. Ich bin ein großer Liebhaber dieses Marktes und erfreue mich jedes Jahr aufs Neue an den Düften aus Glühwein, gebrannten Mandeln und Bratwürsten. Hier trifft sich die gesamte Stadt. Da ich auf keinen Fall auf den Weihnachtsmarkt verzichten wollte, war die Wahrscheinlichkeit, viele bekannte Gesichter zu sehen, sehr hoch.

So kam es dann auch. Ich traf einige Bekannte sowie viele Schüler, die an meinen Kursen teilgenommen hatten. Einige wussten noch gar nichts von meinem scheinbaren Dilemma und waren erst einmal schockiert, als ich davon berichtete. Was ich wirklich immer als erstes zu hören bekam, war: „Du siehst aber gut aus!“ „Ja, wie sollte ich denn aussehen“, fragte ich mich, „eingefallen, abgemagert, grau, deprimiert und weinend?“

Ich entsprach einfach nicht dem Bild eines krebserkrankten Menschen. Meine Augen strahlten, ich lächelte, ich erzählte meine positiven Erlebnisse und erfreute mich einfach des gegenwärtigen Augenblickes. Das verunsicherte viele Menschen, weil sie nicht wussten, wie sie damit umgehen sollten. Normalerweise verfallen die meisten in eine Art Mitleid und versuchen durch Floskeln wie „Das wird schon wieder“ oder „Wenn was ist, dann melde dich“ vergebens, einen aufzumuntern.

Niemand braucht Mitleid, wenn er krank ist oder sonst ein Schicksal erlebt hat. Mitleid erzeugt meiner Meinung nach nur noch mehr Leid und zieht uns noch tiefer ins Drama. Manchmal schien es sogar, dass einige Mühe damit hatten, bei mir diesen

---

Dramaknopf nicht drücken zu können. Das gefiel mir wiederum. Denn insgeheim lieben wir Dramen, sonst würden wir nicht jeden Tag Nachrichten anschauen, die voll davon sind. Ich vermute, wir tun es deshalb, weil wir in dem Moment glauben, dass es uns besser als den anderen armen, verzweifelten Menschen geht. Das wiederum kann nur geschehen, wenn wir in der Illusion des Getrenntseins leben, da gibt es ein Ich und ein Du. Was du fühlst und durchlebst, hat dann rein gar nichts mit mir zu tun.

Wenn wir beginnen, statt Mitleid Mitgefühl zu empfinden, ist das der Beginn der Erkenntnis, dass wir schlussendlich alle miteinander verbunden sind und uns mit positiven Gedanken und Gefühlen gegenseitig unterstützen. Mitleid wird aus dem Drama geboren, wahres Mitgefühl hingegen basiert auf der Essenz der reinen Liebe. In den Zeiten, in denen mir Menschen begegneten, die von meiner Erkrankung wussten, spürte ich augenblicklich, ob sie aus dem Drama oder aus der Liebe heraus zu mir sprachen. Worte aus Mitleid erzeugten eine fühlbare Schwere in mir, Worte des Mitgefühls schenkten mir eine wärmende, heilende Welle an positiver Lebensenergie. Leider waren diese Menschen eher die Ausnahme. Aber vielleicht werden es ja jetzt mehr, wenn sie das hier lesen.

( ... )

# DER KREBS – MEIN GRÖSSTES GESCHENK

Wenn du glaubst, meine Geschichte ist hiermit zu Ende, so täuscht du dich. Ich glaube, meine wahre Geschichte beginnt jetzt erst richtig.

In den vergangenen Monaten durfte ich meine mir selbst kreierte, illusionäre Welt auflösen und ich fühle mich freier, lebendiger und kraftvoller als je zuvor. All das Streben nach Anerkennung, Erfolg, Macht und Liebe verwandelte sich in ein tiefes Vertrauen in den gegenwärtigen Augenblick. Allen Bewertungen folgen nun bedingungslose Annahme und ein tiefes Verständnis für Liebe. Ich verstehe, warum mir das Leben diese besinnliche Auszeit geschenkt hat, und ich kann dir sagen, dass das, neben meinen beiden Mädels, eines der schönsten Geschenke in meinem bisherigen Leben war. Mit dieser Aussage treffe ich meist auf Unverständnis. „Wie kann eine Krebserkrankung ein Geschenk sein?“, fragen mich dann die Leute. Dabei ist es ganz einfach: *Vor dem Krebs war ich tot. Jetzt bin ich lebendig!*

Was ich damit meine? Mein Leben war abgestimmt und durchorganisiert auf Erfolg, Geld und gutes Aussehen. Ich wollte zur Elite zählen und eine Businessfrau sein. Ich funktionierte und gab sicherlich mein Bestes und ja, ich war erfolgreich, hatte Geld

und sah gut aus. Doch da war etwas in mir, das mir immer wieder das Gefühl gab, mir würde etwas fehlen, obgleich ich doch scheinbar alles hatte. Und wie viele andere Menschen auch, war ich gut im Verdrängen dieses Gefühls. Ich hätte mir ja auch Zeit nehmen müssen, um hinzuhorchen, in die Stille zu gehen und ruhig zu werden. Aber dafür hatte ich eben keine Zeit, es gab so viel zu tun. So begab ich mich trotz der vielen spirituellen Weisheiten, die ich in zig Büchern gelesen hatte und auf dutzende Seminare erfahren durfte, immer weiter in dieses nicht endende, sich immer im Kreis drehende Hamsterrad. Jeder Tag schien irgendwie gleich, gedanklich war ich sowieso schon wieder beim nächsten oder übernächsten Tag. Die Zeit schien zu fliegen. Kurze Verschnaufpausen gab es manchmal an Wochenenden oder im Urlaub. Doch bevor die Ruhe wirklich eintreten konnte, ging es schon wieder los. Dieser Run auf das Geschäft des alltäglichen Lebens. Wo war der Augenblick? Wo war das Lied des Vogels? Wo war der Wind, der mich sanft berührt? Wo war die Farbenpracht eines Sonnenuntergangs? Wo war der Duft der Blumen? Wo war das Lachen meiner Kinder und wo war die Liebe zu meinem Partner? Wo war das Leben? Ich hatte es regelrecht verloren. Ich hatte mich verloren. Ich war gestorben. Ich hatte mich vom Leben abgewandt, doch das Leben hat mich nicht aufgegeben. Es hat mir eine neue Chance geschenkt, wirklich am und im Leben zu sein.

*„Weißt du eigentlich, wie wundervoll es ist, sich mittags auf die Couch zu legen und die Augen zu schließen? Nicht um zu schlafen, sondern einfach, um die Seele reisen zu lassen wohin sie möchte und dem Körper Ruhe zu schenken. Da sein, nichts tun. Eintauchen in den Raum der Stille. Da findest du das Leben in seiner wahrhaftigen Lebendigkeit.“*

Diana Grünberg

Der Weg durch die Therapie war für mich ein Weg nach Hause. So viele Menschen höre ich sagen: „Ich möchte endlich ankommen.“ Und dieses Angekommensein wird dann mit einem Partner, einem Ort, einem schicken Haus oder aber auch mit einem guten Einkommen verbunden. Ich hatte sehr oft diese innige Sehnsucht endlich nach Hause zu kommen, ohne zu bemerken, dass ich doch schon längst zu Hause war. Mein Zuhause ist in mir, immer gegenwärtig und in einer allumfassenden Liebe. Kann ich nun sagen, dass ich angekommen bin? Ja! Definitiv.

Mein Freund, der Krebs Aaron, begleitete mich auf meiner Reise ins Erwachen. Erleuchtung, wie es in der esoterischen Szene genannt wird, findet ausschließlich im gegenwärtigen Moment statt. Hier bin ich angekommen, hier bin ich zu Hause. Das ist alles. So einfach und dennoch gleichzeitig so schwer. Die Erkenntnis dieser Dinge ist das eine, im gegenwärtigen Moment zu bleiben das andere. Durch unsere Erziehung, unsere selbstauferlegten Glaubensmuster und die Manipulationen durch Medien

---

bedarf es etwas Übung und viel Geduld, um sich immer wieder des gegenwärtigen Augenblickes gewahr zu werden. Durch meine vom Leben auferlegte Zwangspause hatte ich das große Glück mich darin zu üben und zu bestärken. Und so wollte ich all die wunderbaren Erfahrungen und Erlebnisse mit dir teilen, um dir zu zeigen, dass das Leben dich nicht aufgibt, wenn du seinem Ruf folgst. Es ist der Ruf deines Herzens.

Ich habe mich in den Dienst der Menschen gestellt, um genau dies weiterzutragen. Um dir, liebe Leserin, lieber Leser mitzuteilen, dass es nicht notwendig ist, an einer schweren Krankheit zu erkranken oder ein anderes Drama zu durchleben, um die Erkenntnis, das Wunder und die Lebendigkeit des gegenwärtigen Augenblickes zu finden. Dies ist jederzeit und überall möglich, wenn du beginnst, nach innen zu horchen. Diese zarte innere Stimme, die von den vielen unaufhörlichen Gedankenströmen überrollt wird. Diese innere Stimme, die nicht aufgibt, um dich zu erreichen. Vielleicht ist sie anfangs noch ganz leise und zurückhaltend, doch je öfter du bewusst den Versuch startest, in diese Stille zu horchen, umso lauter und kraftvoller eröffnet sich dir deine innere Lebendigkeit, deine wahre Essenz, dein immerwährendes Sein. Dann darf das wahrhaftige Leben Einzug halten.

Ein Leben mit der Melodie des Vogelgesangs. Ein Leben in der Farbenpracht eines Sonnenunterganges. Ein Leben im Duft von frischen Rosen, Veilchen und Flieder. Ein Leben, in dem das Lachen deinen Bauch kitzelt. Ein Leben, in dem der Wind dich

trägt wie einen Schmetterling, so leicht und freudvoll tanzend. Ein Leben, in dem die wahre Liebe ihren erlösenden und triumphierenden Einzug halten darf.

Es ist das bedingungslose Ja zum Leben selbst, das die Magie und den Zauber in dir entfacht. Wenn du einmal davon geschnuppert hast, möchtest du es nie mehr missen. Ich hoffe, dass ich dazu beitragen konnte, in dir einen Samen für dieses Wunder zu säen. Der Same wird wachsen und schlussendlich in einer unermesslichen, wundersamen Weite erblühen, die gefüllt ist mit Frieden, Freude und Freiheit.

In Liebe und unendlicher Dankbarkeit – und voller Esprit,  
*Diana*

*Am 17.06.2018 ist Diana Grünberg verstorben. Ihr war immer bewusst, dass das passieren kann. In ihrem Buch schreibt sie:*

*Ich selbst bin das Leben. Und ich selbst bin der Raum, in dem alles stattfindet. In diesem Raum gibt es weder gut noch schlecht, krank oder gesund, reich oder arm. Dort existieren keine Polarität und keine Zeit. Alles ist miteinander verbunden und es herrscht eine göttliche Harmonie in allem, was ist.*

*Und ich weiß nun, dass der Tod nicht das Gegenteil von Leben ist, sondern vielmehr das Gegenstück zur Geburt. Da ich selbst das Leben bin, kann ich auch nicht sterben. Ich wechsele lediglich von einer in die andere Form.*





## VITA

**Diana Grünberg** wurde 1970 in Unterfranken geboren. Sie ist mehrfache Meisterin in BodyBuilding und Weltmeisterin im Fitness/Aerobic (1999). Sie arbeitet als erfolgreiche Unternehmerin im Fitnessbereich und gründete 2012 die Marke „work4fitness – Maßnahmen für das betriebliche Gesundheitsmanagement“. Auch spirituelle Themen interessieren sie schon lange.

Im Sommer 2015 wird bei ihr Brustkrebs im weit fortgeschrittenen Stadium diagnostiziert. Und auch hier geht sie – wie so oft in ihrem Leben – einen ungewöhnlichen Weg. Sie schreibt: „Ich entschloss mich, das Bild eines krebserkrankten Menschen zu revolutionieren.“ Und das ist ihr gelungen! Diana Grünberg verbindet konsequent und radikal Schulmedizin mit Naturheilverfahren und spirituellen Methoden. Als

Leistungssportlerin weiß sie, wie wichtig Disziplin und konsequentes Handeln sind – auch in Bezug auf den Heilungsprozess. Und sie weiß auch, dass Heilung mehr ist als körperliche Gesundheit.

## DANKE

Besuchen Sie unsere Homepage,  
dort finden Sie weitere Bücher und CDs.  
Wir freuen uns auf Sie!

**www.sheema-verlag.de**

KONTAKT

**Sheema Medien Verlag**

Bücher. Aus Liebe.

Hirnsbergerstr. 52  
D - 83093 Antwort

Tel.: 08053 - 7992952  
Fax: 08053 - 7992953

E-Mail: [info@sheema.de](mailto:info@sheema.de)  
<http://www.sheema-verlag.de>



**SHEEMA**

MÖGEN ALLE WESEN GLÜCKLICH SEIN