

TERESA ZUKIC UND EVA-MARIA POPP

VERGISS DAS
Schöne
NICHT!

Mit Lebensfreude Krisen meistern

HERDER 

FREIBURG · BASEL · WIEN

Für Pfarrer Franz, der immer das Schöne liebte und mich auch in der Zeit seiner Krankheit zu diesem Buch ermutigte.

(Schwester Teresa Zukic)

Für meine lieben Eltern, die mir unendlich viel Liebe schenkten und mich lehrten, dass das Leben schön ist.

(Eva-Maria Popp)



© Verlag Herder GmbH, Freiburg im Breisgau 2023
Alle Rechte vorbehalten
www.herder.de

Satz: Carsten Klein, Torgau
Herstellung: GGP Media GmbH, Pößneck

Printed in Germany

ISBN Print 978-3-451-39614-4
ISBN E-Book (EPUB) 978-3-451-83061-7

Inhalt

Vorwort	7
Einleitung	9
Suchet der Stadt Bestes	9
Vom Wünschen zum Glück	22
Kapitel 1: Geliebte Menschen	28
Einen geliebten Menschen verloren – mit Hoffnung getröstet und gesalbt	28
Zurück ins Leben finden.	36
Kapitel 2: Heimat	43
Heimat verloren – neue Möglichkeiten gewonnen. .	43
Finde deine Heimat!	51
Kapitel 3: Gesundheit	56
Gesundheit verloren – neue Berufung entdeckt	56
Krankheit und intensive Lebensfreude	66
Kapitel 4: Würde	70
Würde genommen – mit neuer Würde beschenkt ..	70
Ich bin, weil ich würdig bin	81
Kapitel 5: Vertrauen	85
Vertrauen verloren – mit neuem Glauben beschenkt	85
Vom Wunder des Wunderns	94

Kapitel 6: Beziehungen	101
Beziehung zerbrochen - neue Selbstachtung gewonnen	101
Endlich ich - sich selbst finden	109
Kapitel 7: Überfluss	114
Überfluss verloren - mit Dankbarkeit erfüllt	114
Eine kleine Geschichte des Geldes	124
Kapitel 8: Mut	129
Lebensmut erloschen - verändert durch neuen Mut	129
Lebensmut schenkt Lebensfreude - es lohnt sich darauf aufzupassen!	137
Kapitel 9: Frieden	142
Vom Frieden beraubt - mit Versöhnung überschüttet	142
Vom Krieg zum Frieden - Frieden in sich selbst finden	151
Literaturempfehlungen von Eva-Maria Popp	157

Vorwort

Jalid Sehouli

In diesem Buch teilen Schwester Teresa und Eva-Maria Popp ihre große Lebens- und Glaubenserfahrung sowie Lebensphilosophie mit uns. Darum ist es so wertvoll. In jeder dieser Zeilen spürt man ihre positive Lebens- und Liebesenergie, ihren Mut und ihre Kraft, schwierige Situationen zu bewältigen – immer ohne die Achtsamkeit und Demut zu verlieren. Mit ihren Gedanken und Geschichten gelingt den Autorinnen ein notwendiger Perspektivwechsel, der gerade in der heutigen Zeit, die von vielen Ängsten und existentiellen Bedrohungen geprägt ist, gebraucht wird. Beide Persönlichkeiten verstehen es, uns auf ihre ganz besondere Art und Weise auf einen erholsamen Spaziergang für unseren Verstand und unsere Seele mitzunehmen.

Traurigkeit, Melancholie und Erschöpfung gehören zu jedem Leben dazu. Es wichtig diese zu erkennen, sichtbar zu machen und ihnen Raum und Wertschätzung zu geben. Dabei kann auch die Kunst eine Hilfe sein. Wenn es um Kunst als Mittel zum Ausdruck von Emotionen geht, ist das Machen wichtiger als das Produkt, denn es geht um den Dialog mit dem eigenen Herzen. Erst wenn dieses Herzengespräch beginnt, kann ein Dialog mit anderen Menschen gelingen.

Schwester Teresa und Eva-Maria Popp konnten dieses Buch schreiben, weil sie auf eine unglaubliche und vielschichtige Lebensbiografie zurückschauen, sich immer wieder neuen Herausforderungen gestellt haben und sie Menschen lieben. Möge ihr Buch viele Menschen erreichen und sie dazu inspirieren, sich auf den Weg zu machen, um positive Lebensenergie zu generieren und diese in unsere Welt zu setzen. Wie beschrieb es der Philosoph Khalil Gibran: »Wenn du traurig bist, dann schau in dein Herz und du wirst erkennen, dass du weinst um das, was dir Freude bereitete.«

Liebe Schwester Teresa, liebe Eva-Maria Popp, tausend Dank für dieses großartige Buch!

Jalid Sehouli

Einleitung

Suchet der Stadt Bestes

Schwester Teresa Zukic

Das Leben ist ein Geschenk! Wie wahr das ist, erfuhr ich, als einige fiese, schnellwachsende Krebszellen in der Gebärmutter meinem Leben 2020 ein Ende setzen wollten. Sie rissen mich aus dem Alltag heraus und katapultierten mich in den Status einer Krebspatientin. Dieses bösartige schnellwachsende Ungeheuer zeigte mir die Zähne und biss erbarmungslos zu. Mein Gegner war unfair und heimtückisch, aber er rechnete nicht mit meinem Arzt, dem besten Chirurgen, der mich operieren konnte, einem unerschütterlichen Glauben und Vertrauen auf Gott, einer unbändigen Lebensfreude und rasch wiedergefundenem Humor, dem auch eine Krankheit nicht gewachsen war.

Humor hat der Teufel sicher nicht. Seine Waffen sind Angst, Verwirrung, Zwietracht, Hass, Ablehnung, schlecht reden und machen, Zerstörung, Traurigkeit, Verzweiflung, Sinnlosigkeit und Verderben, chronische Unzufriedenheit und vor allem das Jammern auf hohem Niveau.

Jammern hält gefangen

Häufig sind es die kleinen Probleme des Alltags, über die wir jammern. Als hätten wir nicht schon genug Probleme gehabt mit dem Dauerbrenner Covid. Nein, ich will nicht all die Krisen aufzählen, die uns in den letzten drei Jahren geplagt haben und manche gar nicht mehr aus der negativen Gefühls- und Denkspirale herauskommen ließen. Der allgemeinen Missstimmung und Unzufriedenheit gibt es kaum etwas entgegenzusetzen. Aber es gibt sie noch, die nicht klein zu kriegenden Optimisten und Lebenskünstlerinnen, die sich nicht in das Dauerjammern einreihen.

Manche Menschen leiden an chronischer Unzufriedenheit. Sie macht nicht nur einsam, strapaziert auf Dauer die Umgebung und wirkt sich sehr negativ auf unser Gehirn und Wohlbefinden aus. Robert Sapolsky, Professor für Biowissenschaften an der Stanford University, hat bereits im Jahr 1996 in einer Studie herausgefunden, dass »chronische Unzufriedenheit« den Hippocampus verkleinert. Diese Gehirnregion ist für unsere Gedächtnisleistung verantwortlich. Chronisches Jammern kann demnach zu Vergesslichkeit führen. Wen wundert es, dass permanentes Jammern den Stresslevel dauerhaft hochhält? Dieser Dauerstress kann für niemanden gesund sein. Es ist »die« Form von Energieverschwendung, die unsere Lebensfreude schrumpfen lässt. Und dabei brauchen wir jede Menge Lebensenergie, um uns den neuen Herausforderungen zu stellen und jeder Form von Veränderung und Verlusten gewachsen zu sein.

Sicher ist es auch meiner überstandenen Krebserkrankung geschuldet, dass ich gerne in die Welt hinausschreien möchte: »Vergesst das Positive nicht«, oder noch besser: »Vergesst das

Schöne nicht!« All das Gute, das Schöne, das Wertvolle, das Glücklichmachende, das immer noch vorhanden ist.

Jeder Tag ist ein Geschenk

Übersieht das Wichtigste nicht: die Liebe! Sie ist immer noch da und im Überfluss vorhanden. Trotz aller Bedrohungen und Krisen! Die Liebe durfte ich neu entdecken, als mein Leben mit der Krebserkrankung auf den Kopf gestellt wurde. Auch kopfüber war sie zu finden! So brutal die Krebserkrankung auch war, schmerzhaft und lebensbedrohlich, mit schweren Stunden verbunden, gab es genauso wunderschöne Stunden, glanzvolle Begegnungen und himmlischen Trost und die Erfahrungen von Getragensein. Es war eine der größten Herausforderungen meines Lebens. Täglich musste ich meinem Gehirn beibringen, an das Schöne zu denken und daraus Kraft zu schöpfen. Ich musste mich immer wieder daran erinnern, mich nicht auf die Defizite zu konzentrieren, sondern auf die neuen Möglichkeiten, die sich ergeben. Es wurde zum Abenteuer meines Lebens, ein Geschenk, weil ich Menschen, die gerade eine schwere Zeit durchmachen müssen, nun noch besser verstehen kann.

Ich frage mich oft: Braucht es wirklich immer erst ein Schicksal, eine Pandemie, Krieg oder eine bedrohliche Krankheit, um umzudenken und an jedem einzelnen Tag unser Leben zu genießen? Nicht nur an den schönen, gesunden, erfolgreichen oder glücklichen Tagen, sondern an jedem Tag, der uns geschenkt ist? Ich durfte lernen, dass ich, auch wenn ich krank bin, glücklich sein kann. Jeder Tag ist ein Geschenk und einmalige, unwiederbringliche, geschenkte Lebenszeit.

Schon vor der Krankheit wusste ich, dass jeder einzelne Tag, der am Abend ausklingt, nie wieder kommen wird. Wieso ihn also überfrachten mit negativen Gedanken und Gefühlen?

»Jeder Tag hat seine eigene Plage« (Mt 6,34), heißt es in der Bergpredigt. Wunder dich also nicht. Betrachte jeden Tag als Geschenk und mache das Beste daraus. Natürlich sind wir täglich sehr vielen negativen Einflüssen und Problemen ausgesetzt. Wissenschaftler haben erforscht, dass es tatsächlich nur 10 Prozent äußere Lebensumstände sind, die unsere Zufriedenheit tagtäglich beeinflussen. Ganze 90 Prozent werden als Be-Last-ung in unserem Gehirn produziert. Nicht die Situation stresst uns also, sondern unsere eigene Reaktion darauf. Ich kann einfach nichts Positives erwarten, wenn ich mir selbst alles schlechtrede.

Ich fürchte allerdings, dass manche ihr Gehirn mit so viel negativen Gedanken gefüttert haben, dass sie vergessen haben, was das Wichtigste ist, das unser Leben ausmacht.

Früher war alles besser? Quatsch! Es wird nie wieder so sein – wie es noch nie war! Ganz ehrlich, ich möchte nicht im Mittelalter gelebt haben, auch nicht als die Pest in Europa wütete, und wie dankbar bin ich, nicht die beiden Weltkriege miterlebt zu haben, in denen Millionen Menschen vertrieben und getötet wurden. Im Gegensatz zu diesem unvorstellbaren Leid sollten wir im Lockdown einfach nur zu Hause bleiben! Ja, auch ich traure um viele wundervolle Freunde, die wegen Corona ihr Leben verloren haben, darunter auch mein Vater. Ich weiß auch, dass die Zeit der Lockdowns besonders für viele alte, kranke und allein lebende Menschen eine extrem schwere Zeit war. Doch viele Menschen haben während der Lockdowns auch die kleinen Dinge des Lebens neu wertschätzen gelernt, wie einen Spaziergang oder ein selbstgebackenes

Brot. Von ihrer geschenkten, gemeinsamen Zeit haben auch viele Beziehungen profitiert.

Unsere Zeit ist voller Krisen: Da sind so viele Menschen, die im Ukrainekrieg sinnlos ihr Leben lassen, und so viele Opfer von Naturkatastrophen, die alles durch das Erdbeben in der Türkei oder die Überschwemmungen im Ahrtal verloren haben. Da sind die vielen, die wir jeden Tag durch eine Krebserkrankung oder andere schwere Erkrankungen verlieren, weil es keine Betten gibt, nicht zu vergessen, die vielen jungen und alten depressiven Menschen, die keinen Weg ins Licht finden, weil sie keinen Platz in psychiatrischen Kliniken bekommen. Da sind die vielen Menschen, denen die Inflation so zu schaffen macht, dass sie sich fragen, wie sie Lebensmittel und Miete noch bezahlen sollen.

Aber ich habe inmitten dieser Krisenzeit auch so viele Wunder der Hilfsbereitschaft und Liebe gesehen, die auch in diesen letzten Jahren möglich geworden sind. Ich sehe sie jeden Tag. Ich will sie sehen und keinen einzigen Tag übersehen. Die schönen Momente, die kleinen zärtlichen Lichtblicke, die es dennoch gibt, die heroischen Menschen, die den Mut und die Kraft aufbringen, das Gute nicht zu unterlassen und mitzuhelfen, wo sie können. Die Ermutigerinnen und Ermutiger, die Beter und die Mutigen, die immer noch an DEN glauben, der Himmel und Erde gemacht hat.

Verliebt in Gott

Könnte es sein, dass wir das Kostbarste vergessen haben, was wir zum Leben brauchen? Dass wir Gott vergessen haben, obwohl wir doch aus Seinem Segen leben? Ist unser Herz so

voller Sorgen, Ängste und mit dem Negativen überfrachtet, dass kein Platz mehr für IHN ist? Ist ER nicht immer noch Herr über Himmel und Erde, Leben und Tod? Und Seine unermessliche Liebe zu uns ist und bleibt tröstende Wirklichkeit! Sie war immer und ändert sich nicht. »Ich bin bei Euch alle Tage bis zum Ende der Welt!«, verspricht ER uns. Die Liebe hat nie aufgehört, uns zu lieben. Gott hat nie aufgehört.

Die Liebe können wir nicht kaufen und auch nicht besitzen. Sie wird uns geschenkt. Sie hört niemals auf, denn sie erträgt alles, glaubt alles, hofft alles und hält allem stand. Wenn ich von der Liebe spreche, spreche ich vom Schönsten, Tiefsten und Ergreifendsten – unserem wahren Lebenselixier – und der daraus entspringenden Lebensfreude. Aus ihr wurden wir geschaffen und sie wurde in uns hineingelegt.

Unser liebender Gott, so erfahre ich das, seit ich mit 18 Jahren zum Glauben gekommen bin, ist da, gerade in den dunkelsten und angstvollsten Momenten unseres Lebens und ER ist verrückt nach uns. Deshalb kann ich nicht aufhören, verliebt zu sein in Gott und die Menschen. Und ich lasse mich gerne von Seinen Worten ermutigen und inspirieren, gerade in schwierigen und bedrängten Zeiten.

Überrascht von Gott

Gottes Worte geben mir Kraft, Trost und neue Energie und verlieren nie ihre Gültigkeit. Selbst Worte aus dem Alten Testament können uns hilfreiche Wegweiser werden, auch wenn manche vielleicht denken, können 5000 Jahre alte Texte uns wirklich Ratgeber in unserer hochtechnisierten Welt sein? Uns wirklich noch helfen? Oh ja, und wie sie das können.

Gott gibt uns einen wegweisenden Lebenstipp für alle Situationen, in die ER uns bringt. Mir persönlich hat dieser Ratschlag vom lieben Gott schon sehr oft geholfen. Was war passiert?

Israel war endlich im verheißenen Land. Nach der Sklaverei und dem Auszug aus Ägypten fühlten sie sich endlich angekommen. Und dann holte Gott sie wieder raus. Sie wurden deportiert. 70 Jahre – ein dunkles Kapitel in einem fremden Land ohne ihren Tempel. Gott führte sie raus aus aller gefühlten Vertrautheit. Wieder ein anderes Land, andere Orte und Menschen und umgeben von fremden Göttern und ER ermutigte sie, sich in der Fremde niederzulassen. Das war schon krass. War nicht Israel ihr verheißenes Land? Und jetzt mussten sie wieder lernen in einem fremden Land ohne jede Sicherheit zu existieren. Alles war neu und ganz anders. Die Enttäuschung und das Entsetzen kann man sich kaum vorstellen. Und da gab Gott Seinem Volk in ihrer beängstigenden und verunsicherten Lage einen faszinierenden Ratschlag. Eine fortwährend gültige Aufforderung, die im Buch des Propheten Jeremia steht: »Suchet der Stadt Bestes (das Wohl der Stadt), in die ich dich habe wegführen lassen, und betet für sie zum Herrn, denn in ihrem Wohl liegt euer Wohl.« (Jer 29,7) Wow.

Die Israeliten sollen das Beste aus dieser, ihrer neuen Situation machen. Nicht herumjammern, sondern sich auf die Suche nach dem Besten, dem Positiven machen, das im Neuen steckt, und vor allem sollen sie beten. Ich finde das herausfordernd und zugleich motivierend.

Diese Stelle hat mich tief berührt, als wir in unserer kleinen Gemeinschaft selbst in einer existenziellen Veränderungssituation waren. Gott hat mich damals förmlich auf diese Stelle gestoßen: Nachdem wir siebzehn Jahre in unserer ersten Ge-

meinde als »Kleine Kommunität« gedient hatten, sollten wir die Gemeinde wechseln. Unser Pfarrer und Mitbruder hatte sein 75. Lebensalter erreicht und ging in Rente. In unserem Bistum sollten pastorale Mitarbeiter alle 15 Jahren die Gemeinde wechseln. Damals war uns diese Gemeinde nach einem schwierigen Start so ans Herz gewachsen. Sieben Kirchenfestivals hatte ich an diesem Ort initiiert, die weit über den Landkreis hinaus Besucher anzogen. Sieben meiner Musicals feierten hier Premiere. Wir feierten mit 300 Kindern über 11 Jahre die Abenteuerland-Gottesdienste. Viele hundert Ehrenamtliche dienten mit uns zusammen und die Gemeinde wuchs stetig. Nebenbei nahm ich noch unzählige Einladungen zu Vorträgen wahr. Ich konnte mir einfach nicht vorstellen, unsere Gemeinde nach diesen 15 Jahren zu verlassen. Aber dann mussten wir wechseln. Manche Träne habe ich meinen vier Chören und den wundervollsten Mitarbeitern und Freunden nachgeweint. Hier war doch unser Zuhause. Unsere Herz-Jesu-Kirche mit tausenden von Erinnerungen an Hochfeste und Erstkommunionen und Festivals. Der Abschied fiel mir wirklich sehr schwer. Die Vorstellung, wieder ganz neu zu beginnen, mit neuen Menschen und neuen Verhältnissen, ließ mich zaghaft werden, obwohl ich mich noch nie vor einer Herausforderung gedrückt hatte.

Genau in dieser Umbruchzeit schenkte Gott mir diese trostvolle Motivation aus dem Buch des Jeremia:

»Öffne dich für das Neue! Schau, was du jetzt Neues kennen und erleben wirst, und hör auf, darüber nachzudenken, was du nicht mehr hast. Mach das Beste aus dem neuen Lebensabschnitt. Suche dir die besten neuen Mitarbeiter, die besten neuen Freunde, die besten neuen Möglichkeiten, das Beste der neuen Stadt.«

Er traf mich damit mitten ins Herz und ich begriff, worin Seine Hilfe bestand.

Er konfrontierte mich mit meinem Jammern, das Vergangene zu verklären und das Neue abzulehnen. Dabei waren, weiß Gott, die ersten Jahre nach der Gründung unserer Gemeinschaft hier kein Zuckerschlecken gewesen. Wie viele schwere Prüfungen hatten wir zu bestehen und von manchen Menschen feindsinnige Ablehnung erfahren. Aber nachdem wir Fuß gefasst hatten, konnten wir am Ende auf unglaublich erfolgreiche und gesegnete Jahre zurückschauen. Freude und Begeisterung über Gott und darüber, Seiner Gemeinde dienen zu dürfen, ist und bleibt das Charisma unserer Kleinen Kommunität. Tag und Nacht arbeiteten wir und liebten unsere Arbeit. Ein »Dream-Team« nannte uns schon mancher. Gott hatte uns zusammengeführt. Es lief glatt und wir fühlten uns sicher. Zu sicher.

Jetzt spürte ich etwas, das ich schon lange verdrängt hatte. Nun sah ich wieder, was ich wirklich brauchte. Ich brauchte wieder meinen Gott. Brauchte Seine Führung, Seine Kraft, Seine Nähe. Hatte ich nicht schon zwei dramatische Aufbrüche in meinem Leben? Hatte ER mich nicht schon zwei Mal aus einer festen Existenz herausgerufen? Aus dem Leistungssport und einer Karriere ohne Glauben und Gott und einer völlig anderen Lebensplanung? Und dann als Klosterschwester, die kurz vor der ewigen Profess stand, heraus in die Gründung einer eigenen Gemeinschaft?

»Wenn Gott etwas nimmt, gibt ER etwas Besseres!« Mit diesem Satz konnte ich mich lange nicht anfreunden, als wäre das Vergangene weniger wert gewesen. Aber ich begriff, dass ER mein Herz öffnete für das Neue, Große, das ER noch mit mir vorhatte. Mich fähig machte, mich auf die neue Situation und die wundervollen neuen Menschen einzulassen. Und ER

wusste es wieder besser. Gott schaffte es, »die kleine Schwester« bei Firmen und Unternehmern, bei Kongressen und Neujahrsempfängen, bei Wirtschaftstagen und Banken, bei Führungskräften und Landfrauenvereinen hineinzuschmuggeln und ER sorgte dafür, dass immer neue und mehr Anfragen und Buchungen dazukamen. Jedenfalls überall da, wo Kirche ansonsten nicht selbstverständlich präsent war. Ich wurde von meiner Gemeinschaft freigestellt für Vorträge und bin seitdem auf Tour und halte über 200 Vorträge im Jahr. Jedes Jahr entstehen neue Bücher und verschiedenste Verlage fragen an. Wir bekamen wundervolle neue Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter und konnten das Kinderabenteuerland in unserer neuen Gemeinde aufbauen. Über vierzig Gemeinden ließen sich sogar von mir anstecken und feiern erfolgreich kindgerechte Gottesdienste.

Suche das Beste ... und bis heute bete ich jeden Tag für das Wohl unserer neuen Gemeinden, unserer Freunde, unserer Mitarbeiter, unserer Gemeinschaft und danke Gott für meine »neue« Arbeit im Reiche Gottes.

Werde Schatzsucher!

Klingt alles zu schön, um wahr zu sein? Nein, es ist wahr. Aber ich will nicht verschweigen: Meine Trauerphasen habe ich gebraucht. Und selbst das »Jammern« war erlaubt. Gott erlaubt es, dass wir laut vor IHM klagen und unserer Unzufriedenheit Luft machen. Es ist immer schwer neu anzufangen. Wir dürfen uns zugestehen, dass wir oft Angst vor allem haben, was wir nicht kennen und was für uns fremd ist. Wir dürfen Angst haben, aber Gott weiß, dass wir lernen können mit dieser Angst umzugehen. Etwas Neues birgt immer eine Chance

und gleichzeitig ein Risiko. Wir können einfach versagen oder zutiefst bereichert werden. Man nimmt uns an oder lehnt uns ab. Wer die Angst vor dem Neuen in sich zulässt, sieht oft nur die Gefahren und konzentriert sich auf das Negative. Veränderungen sind unvermeidbar. Sie fordern uns heraus und wir müssen lernen mit den neuen Gegebenheiten und Situationen umzugehen und uns neu zu orientieren. Das Jammern und Hadern mit dem Neuen raubt viele Lebenskräfte. Natürlich reagieren wir mit negativen Gefühlen, wenn unerwartete Veränderungen auf uns zukommen. Manche werden sogar richtig wütend, wenn es nicht mehr so läuft, wie sie es gewohnt sind.

Lasst uns innehalten und das Beste suchen! Welche neuen positiven Möglichkeiten werden sich für mich jetzt auftun? Habe ich nicht schon so viel erreicht? Hat Gott nicht schon so oft gezeigt, dass ER mir beisteht? Ein guter Freund lässt dich nie im Stich. Vor allem dann nicht, wenn du vor lauter Schwarzsehen kein Licht am Horizont erkennst. Gott ermuntert uns sogar dazu, sich IHM anzuvertrauen. Ich glaube, Gott liebt es, wunderbare Dinge zu tun, um uns zu zeigen, dass wir vor dem »Neuen« keine Angst zu haben brauchen. ER holt uns manchmal aus Sicherheiten oder versteckter Bequemlichkeit oder einer Lebenslüge. Ihm zu vertrauen und das Beste aus der Situation zu machen, hält Wunder für uns offen. Wir sollten uns nie zufriedengeben mit irgendetwas oder irgendjemandem, sondern das suchen, das Gott für uns vorbereitet hat. Manchmal hat Gott ein ganz anderes Programm geladen als wir. Wie wäre es damit?:

Beten statt Jammern

Loben statt Toben

Geben statt Nehmen

Die Zeit der Krebserkrankung war eine Zeit voller Schmerzen und Angst. Diese Zeit wurde für mich aber auch zu einem riesengroßen Geschenk voller Begegnungen mit fantastischen Menschen und neuen Möglichkeiten mit vielem Schönen und Guten, um Menschen noch mehr zu ermutigen. So wie ER mir diese wunderbare Frau an die Seite gestellt hat: Eva-Maria Popp, mit der ich dieses neue Buch schreiben darf. Sie ist für mich ein Vorbild an Engagement, positiver Ausstrahlung und energiereicher Tatkraft. Sie organisierte sofort eine Lesung zu meinem Buch »Himmel im Mund. Heilsamer Genuss für mehr Lebensfreude« zusammen mit Dr. Jalid Schouli, der mich durch meine Krebserkrankung begleitet hat, und brachte mich mit einem Chocolatier für den von mir selbst konzipierten Energieriegel zusammen, der zu einem Start-up geworden ist. Eva-Maria vernetzt selbstlos Menschen aus unterschiedlichsten Bereichen und deshalb ist es mir eine große Ehre, mit ihr das Schöne neu zu entdecken, womit wir vielleicht auch Ihnen helfen können, neue Perspektiven und Möglichkeiten zu eröffnen. Verzaubern wir zusammen diese Welt und treten wir eine Welle los, um unsere Welt besser zu machen.

Eure Schwester Teresa