

3 Frauen, deren Geschichte tief bewegt - und Mut macht

# „Der Weg zurück ins Glück liegt in dir selbst“

**BUCH-TIPP**

„Glück ist Leben“, Alfonso Pecorelli (Hrsg.), Riverfield, 19,90 Euro



Warum gerade ich? Wie soll ich damit nur fertig werden? Manche Schicksalsschläge sind so gewaltig, dass wir befürchten, daran zu zerbrechen. Diese drei Frauen erzählen in einem bemerkenswerten neuen Buch, wie sie die schwerste Krise ihres Lebens gemeistert haben

**Katharinas Botschaft:**

Vertrau darauf: Das Werkzeug, dich zu reparieren, trägst du in dir selbst. Du musst es selbst finden. Das Glück kann dir niemand schenken.



Kindheit in der Sekte: Katharina (hinten r.) 1994 in Portugal. 1995 musste sie auf eine Dschungel-Ranch umziehen



**Katharina (34):  
Ich war Gefangene einer Sekte**

■ Zehn Jahre ist Katharina Meredith alt, als ihre Kindheit in Niederbayern endet: 1992 beschließen ihre Eltern, einem selbsternannten Guru auf der Suche nach Erleuchtung zu folgen. Die kleine Katharina wird in die „Lichtoase“-Sekte verschleppt, zunächst nach Österreich: „Mutter und Vater wurden uns als Bezugspersonen weggenommen, es gab keine Privatsphäre mehr“, erzählt sie. Alles müssen die Sektenmitglieder teilen – von der Zahnbürste bis zu den intimsten Gedanken. Der Alltag ist geprägt von harter Arbeit, Gruppenzwang, Bespitzelung, Psychoterror.

„Irgendwann habe ich mich selbst verloren“, sagt Katharina. Auch über ihren Körper darf das junge Mädchen nicht mehr bestimmen: „Wir hatten kein Recht, „Nein“ zu sagen, Sex wurde als Ritual für das geistige Wachstum betrachtet“. Als die Sekte immer mehr Aufsehen erregt, flüchtet der Guru mit seinen Anhängern in den Dschungel Zentralamerikas. Dort droht den Anführern 2002 eine Anklage wegen Missbrauchs, sie tauchen in Uruguay unter – und Katharina, 20 Jahre alt, ist nach zehn Jahren Gefangenschaft endlich frei! Sie kämpft um ein normales Leben. Verliebt sich in ihren heutigen Ehemann Aaron, zieht mit ihm in die USA, holt ihren Schulabschluss nach, studiert Psychologie, heiratet, bekommt zwei Kinder. „Aber einfach so vergessen – das geht nicht. Ich hatte Alpträume, konnte niemandem vertrauen. Und Angst, keine gute Mutter sein zu können“, erzählt sie. „Eine Weile dachte ich wirklich: Jetzt zerbreche ich.“ 2013 sucht sie Hilfe bei einer Trauma-Psychologin, die Rettung: „Ich hab gelernt, mich meinen Ängsten zu stellen. Endlich konnte ich mich wieder spüren, weinen, den Schmerz rauslassen.“

Heute lebt Katharina mit ihrer Familie in der Schweiz. Sie arbeitet als Fotografin und Beraterin für andere Sektenopfer – und sie ist glücklich. „Jedenfalls die meiste Zeit“, sagt sie lachend.

**Nicole (60):  
Ein dummer Unfall brachte mich in den Rollstuhl**



„Es gibt so viel Wichtigeres, als laufen zu können“, sagt Nicole

**Nicoles Mut-Spruch:**

In der Nacht ist es schön, an die Sonne zu glauben.  
EDMOND ROSTAND

Sie erklimmte jeden Gipfel: Nicole 1985 in den Freiburger Voralpen



■ Als Nicole Niquille 1986 die harte Prüfung zur Bergführerin besteht, ist das in der Schweiz eine kleine Sensation: Sie ist die erste Frau in diesem Job! Acht Jahre erklimmt sie die höchsten Gipfel der Welt, führt Reisegruppen durch gefährliche Gebirge, leitet Expeditionen in der Wüste. „Ich lebte meinen Traum.“ Bis zu jenem Tag im Mai 1994: Nicole wacht im Krankenhaus auf. Ein Stein hatte sie beim Pilzesammeln am Kopf getroffen. „Ich konnte mich nicht bewegen, nicht sprechen.“ Doch schon in diesen allerersten Stunden beginnt sie zu kämpfen. Nach drei Tagen kriegt sie wieder ein mühsames „Hallo“ über die Lippen. Schwerer fällt ihr das Laufen. Sie, die 8000 Meter hohe Berge bezwang, steht plötzlich hilflos am Fuße einer Treppe. 21 Monate verbringt sie in der Rehabilitation, ringt um jeden Schritt, jedes Stückchen Selbstständigkeit. Dabei

Nach dem Unfall: 2003 „wandert“ Nicole auf dem Rücken eines Sherpas in Nepal – im Hintergrund ihre Klinik



wird ihr mehr und mehr klar: „Ich brauche neue Ziele. Ich will keine Energie mehr damit verlieren, gegen meine Lähmung zu kämpfen.“ Nicole beginnt neu, macht eine Ausbildung zur Wirtin, eröffnet ein Berggasthaus – und trifft ihre große Liebe Marco (66). Natürlich ist sie manchmal noch wütend, im Rollstuhl zu sitzen. „Dann sage ich mir: Es gibt so viel Wichtigeres, als laufen zu können.“ Anderen zu helfen, zum Beispiel. 2003 gründen Nicole und Marco eine Stiftung, eröffnen in Nepal eine Klinik auf 2850 Metern Höhe und ermöglichen Tausenden medizinische Versorgung. Auch dabei sind es die Berge, die ihr Kraft geben: „Die haben mich gelehrt: Am Gipfel ist nicht Schluss. Heute weiß ich: im Rollstuhl auch nicht!“

**Manuela (50):  
Mein Baby hatte einen Hirntumor**

■ Vor 17 Jahren bringt Manuela Dessi Schintu ihr Töchterchen Nadia zur Welt – ein Wunschkind, sie und ihr Mann sind überglücklich. Doch der Zauber ist schnell gebrochen: „Wenige Wochen später erfuhren wir, dass Nadia einen Hirntumor hat, blind sein wird. Unsere Welt brach zusammen.“ Nadia wird zweimal operiert, liegt auf der Intensivstation, Schläuche und Nadeln im kleinen Körper. Eine Zeit voller Ungewissheit, voller Qual. Erst Wochen später, als ihr Zustand wieder stabil ist, darf Nadia nach Hause. Ganz langsam kommt die kleine Familie zur Ruhe – und fällt eine wichtige Entscheidung: „Wir haben beschlossen, die Angst auszuschalten und positiv zu

denken. Uns über jeden guten Tag mit Nadia zu freuen.“ Eine Haltung, die Manuela in den nächsten Jahren hilft. Wenn Nadias Behinderung sie traurig macht, die vielen Arztbesuche anstrengen oder sie sich fragt, ob ihre jüngere Tochter Lisa zu kurz kommt. Doch die guten Momente überwiegen – auch weil Manuela und ihre Familie sie sich bewusst schaffen: „Wir trauen uns zum Beispiel, zusammen viel und weit zu reisen. Jedes Mal eine Herausforderung, aber auch unvergesslich schön!“ Und noch etwas hat Manuela gelernt: Nein zu sagen, um die eigenen Batterien aufzuladen. „Nur wenn man selbst genug Kraft hat, kann man für andere da sein.“

Genießen die guten Momente: Nadia (17) und Mama Manuela. Unten die Familie im Skiurlaub



**Manuelas Kraft-Tipp:**

Ich habe gelernt, meine Energie und Liebe auf das Positive zu lenken.



Unsere Redakteurin Dörte Apel hat von den Geschichten der Frauen mehr gelernt als aus jedem Glücksratgeber: „Wie diese Frauen dem Leben nach so großen Schicksalsschlägen noch positiver begegnen als vorher – das hat mich wahnsinnig beeindruckt und berührt!“

