

Wenn ein Wunder geschieht

DR. BERNIE S. SIEGEL

mit Andrea Hurst

Wenn ein
Wunder
geschieht

Inspirierende, wahre Geschichten
über Heilung, Hoffnung und Liebe

Mit einem Vorwort von Deepak Chopra

Aus dem Amerikanischen übersetzt
von Kurt Lang

INTEGRAL

Die amerikanische Originalausgabe erschien 2011 unter dem Titel
»A Book of Miracles«
bei New World Library, Novato, Kalifornien.



Verlagsgruppe Random House FSC-DEU-0100
Das für dieses Buch verwendete
FSC®-zertifizierte Papier *EOS*
liefert Salzer Papier, St. Pölten, Austria.

Integral Verlag
Integral ist ein Verlag der Verlagsgruppe Random House GmbH.

ISBN 978-3-7787-9238-4

Erste Auflage 2012
Copyright © 2011 by Dr. Bernie S. Siegel
First published in the United States of America
by New World Library.
Copyright © der deutschsprachigen Ausgabe 2012
by Integral Verlag, München,
in der Verlagsgruppe Random House GmbH
Alle Rechte sind vorbehalten. Printed in Germany.
Redaktion: Diane Zilliges
Einbandgestaltung: Guter Punkt, München,
unter Verwendung einer Abbildung von © ZF/shutterstock
Gesetzt aus der 11/14 Punkt Kepler Light
bei C. Schaber Datentechnik, Wels
Druck und Bindung: Pustet, Regensburg

Inhalt

Vorwort von Deepak Chopra	11
Einführung	17
ERSTES KAPITEL Geburt und Erneuerung	23
Ein Baby ist ein Wunder	25
Gott ist unser Anker	29
Das Licht des Delfins	31
Der Mann meiner Träume	33
Wundersame Betrachtungen	36
ZWEITES KAPITEL Inspirierende Tiere	39
Kein Sperling fällt auf die Erde	41
Blindes Vertrauen	46
Eine Hündin namens Ricochet	49
Harry, der Kinderexperte	52
Wundersame Betrachtungen	56

DRITTES KAPITEL	Träume und Symbole	59
	Delfinträume	62
	Die Gehhilfe und der Schmetterling	68
	Glücklich, wer einen Vogel hat	71
	Die Botschaft	75
	Wundersame Betrachtungen	78
VIERTES KAPITEL	Wundersame Heilungen	83
	Den Tiger im Zaum halten	85
	Sei ein guter Mensch	89
	Den Krebs überleben	92
	Gottes Zeit	94
	Überleben durch Annehmen	96
	Wundersame Betrachtungen	102
FÜNFTES KAPITEL	Umleitungen	105
	Das Schlimmste und das Beste, an das ich mich nicht erinnern und das ich nicht vergessen kann	108
	Die Ausnahme von der Regel	111
	Die Schwarze Witwe	114
	Gottes Umleitung	116
	Eine außergewöhnliche Patientin	120
	Wundersame Betrachtungen	124
SECHSTES KAPITEL	Engel und andere Helfer	129
	Engel wachen über mich	132
	Schick mir einen Engel	135

Der richtige Kanal	137
Die Hand eines Engels	139
Zufall oder Wunder?	142
Wundersame Betrachtungen	143
SIEBTES KAPITEL Das Geschenk der Liebe	147
Alles zu seiner Zeit:	
Die Geschichte von Rich Eldredge	149
Daddy und die Wunderpuppe	153
Beccas Regenbogen	157
Familienwunder	160
Wundersame Betrachtungen	162
ACHTES KAPITEL Wunder erschaffen	165
Flash – ein Leben voller Wunder	167
Der gute und der schlechte Arzt	171
Worauf wartest du?	174
Von chronischen Schmerzen zum Marathon:	
Die Geschichte meiner wunderbaren Heilung	178
Sag niemals nie	182
Die Gabe, Wunder zu bewirken	184
Wundersame Betrachtungen	187
NEUNTES KAPITEL Wunder des Alltags	191
Bandit, ein unverhofftes Wunder	193
Auf dem Planeten Zanussi	197
In Richtung Heimat	202
Wundersame Betrachtungen	206

ZEHNTES KAPITEL	Meditation und Visualisierung	209
	Das Wunder der Schmerzfreiheit	211
	Die Macht des Geistes	214
	Wundersame Betrachtungen	217
ELFTES KAPITEL	Die Kraft des Gebets	219
	Gegen alle Wahrscheinlichkeit	221
	Das Wunder des Lebens	224
	Eine Lektion zur Kraft des Gebets	227
	Schlachtpläne	230
	Ein bunter Haufen von Engeln	234
	Wundersame Betrachtungen	237
ZWÖLFTES KAPITEL	Festtagswunder	239
	Eine Gemeinschaft der Hoffnung	243
	Frankies Weihnachtswunder	247
	Atman/Ananda: Ein Diwali-Wunder	250
	Nikolauszauber	253
	Das Schokoladen-Gedächtnisessen	256
	Wundersame Betrachtungen	259
DREIZEHNTES KAPITEL	Ein Abschied ist nicht das Ende	263
	Das Wunder der Veränderung	266
	Sich erneut der Liebe öffnen	271
	Die Geister der Verstorbenen	275
	Wundersame Betrachtungen	279

VIERZEHNTE KAPITEL	Wunder aus dem Jenseits	283
	Ein letzter Streich	285
	Der Ring der Liebe	287
	Die Liebe stirbt nie	289
	Wundersame Betrachtungen	292
FÜNFZEHNTE KAPITEL	Das Wunder Bernie	295
	Wieder schreiben können	297
	»Indoktration«	299
	Wunder über Nacht	303
	Wundersame Betrachtungen	306
	Nachwort	311
	Anleitung zum Wundermalen	315
	Dank	317
	Mitwirkende	318

Vorwort

VON DEEPAK CHOPRA

Seit Beginn seiner schriftstellerischen Karriere vor fünfundzwanzig Jahren scheute Bernie Siegel nicht davor zurück, sich mit Wundern zu beschäftigen. Bereits der Titel seines ersten Buches – *Prognose Hoffnung: Liebe, Medizin und Wunder* – deutet an, dass er mit der Schulmedizin nicht einverstanden ist. Ein approbierter Arzt, der die Liebe als einen Weg zur Heilung empfiehlt, muss sich auf beträchtlichen Gegenwind gefasst machen. Allein schon die Andeutung, dass Wunder möglich seien, stieß auf Ablehnung. In seinem neuen Buch bekräftigt Bernie seine ursprünglichen Überzeugungen, und mit all der Weisheit und Erfahrung eines reichen Lebens ist er stärker denn je der Ansicht, dass Wunder existieren.

Diese Gewissheit lässt erahnen, dass er seinen Weg nie verlassen hat, und diese Hartnäckigkeit trägt nun Früchte. Auf den folgenden Seiten finden Sie den Beweis, dass Wunder auf einer »intelligenten, liebenden und mit Bewusstsein ausgestatteten« Quelle basieren. Diese Eigenschaften und Qualitäten sind nicht die Erfindung des menschlichen Geistes; sie sind universell. Sie liegen in der Schöpfung selbst begründet. Sobald man eine solche Behauptung aufstellt, riskiert man, den Zorn der Wissenschaft auf sich zu ziehen.

Bernie allerdings arbeitet als Mediziner sehr wissenschaftlich, und er weiß, dass es nur Fassade ist, wenn seine Ansichten abgekanzelt werden. Denn auch die Wissenschaft kann uns nicht erklären, wie das menschliche Bewusstsein entstand, wie sich das Leben aus einfachen Atomen und Molekülen entwickelte oder wie es möglich ist, eine pulsierende, lebendige Welt zu erfahren, wenn die Umgebung, in der sich das Gehirn befindet, völlig ohne Licht, Geräusche, Berührungen oder Gerüche auskommen muss. Wie kann es sein, dass ein zufällig durch die Atmosphäre schwirrendes Sauerstoffmolekül eingeatmet und in dem Augenblick, in dem es die Blut-Hirn-Schranke überwindet, Teil eines intelligenten Organismus wird? Es ist ja schlecht möglich, dass ein Sauerstoffatom für sich genommen denkt, fühlt oder sonst irgendwelche Hirnaktivitäten zeigt. Wie kommt es, dass so ein großer Unterschied zwischen einem Stück Zucker in einer Zuckerdose – einem Objekt, das nicht gerade für große geistige Errungenschaften berühmt ist – und dem Zucker (Glukose) als einziger Nahrung des Gehirns besteht? Das kann die Wissenschaft nicht schlüssig beantworten, und daher muss man – selbst auf die Gefahr hin, sich ihren Spott oder ihre Missbilligung zuzuziehen – an einem anderen Ort nach Antworten suchen.

Bernies Ziel ist sozusagen eine erweiterte Wissenschaft, in der Spiritualität auf Wirklichkeit trifft und die Realität des Schmerzes auf die der Freude. Der geheimnisvolle Ort dieses Zusammentreffens sind die hundert Milliarden Neuronen des menschlichen Gehirns. Wunder geschehen dann, wenn sich die unsichtbaren Möglichkeiten des Lebens als Realität manifestieren. Wir wissen, dass das Gehirn der Geburtsort von Lebenssinn und -ziel ist. Jahrhundertlang war man der

Auffassung, dass *höhere* Ziele und ein *höherer Sinn* einen anderen Ursprung haben – dass sie beispielsweise aus dem Geist Gottes stammen oder den außergewöhnlichen Kräften von Heiligen und Propheten entspringen. Bernie hat von Anfang an verstanden, dass die Unterscheidung von Natur und Übernatürlichem nur eine künstliche ist. Wie ein althergebrachtes Sprichwort sagt: »Nichts ist ein Wunder, wenn nicht alles ein Wunder ist.« Eine Faser menschlicher DNA würde zur Mittagszeit an einem heißen Sommertag schnell vertrocknen und verweht werden, und doch hat es die DNA geschafft, Jahrmilliarden zu überstehen und ohne fremde Hilfe die Grundlage für die komplexeste Struktur innerhalb der Schöpfung zu bilden. Wie konnte sie sich derart positiv entwickeln? Das Leben findet immer einen Weg – geleitet vom bewussten, intelligenten, schöpferischen Impuls des Universums.

Wunder geschehen, wenn man sich in Einklang mit diesem Impuls befindet. Um es mit Bernies Worten zu sagen: »Für mich sind Wunder der Ausdruck des uns innewohnenden Potenzials.« Doch dem Körper sind Grenzen gesetzt. Seine Entwicklung, sein Heranwachsen geschieht automatisch – ein Geschenk der Evolution. Jedes Mal, wenn Sie einer Erkältung trotzen oder ein Allergen erfolgreich bekämpfen, greift Ihr Immunsystem auf Erinnerungen aus der Vergangenheit zurück. Der Thymus, eine winzige Drüse in der menschlichen Brust, bewahrt Informationen über jede Krankheit auf, die die Menschheit im Laufe von Jahrmillionen heimgesucht hat. Somit sind die Antikörper, die ein Zweijähriger entwickelt, ein Ausdruck der gesamten Menschheit. Das Gleiche gilt für Ihre Gedanken, Ihre Worte und Ihre Handlungen. Sie gehören Ihnen – und andererseits wiederum

auch nicht. Durch Sie erreicht das menschliche Leben die nächste Stufe auf seiner Suche nach sich selbst.

Dieses Buch möchte Sie dazu auffordern, einen evolutionären Schritt zu vollziehen. Dieser Schritt geschieht nicht automatisch, sondern aufgrund einer bewussten Entscheidung. Liebe, Intelligenz und Kreativität sind Samen, die darauf warten, gesät und zum Leben erweckt zu werden. Je mehr Sie sich mit ihnen beschäftigen, umso besser werden sie gedeihen. Bernie bezeichnet diesen Evolutionssprung als Wunder – und gleichzeitig als Überlebensstrategie. Wer könnte da widersprechen? Eine Welt, die unter fehlender Liebe leidet, in der Kriegsmaschinen Zerstörung bringen und die Medizin sich nur um den Körper, aber kaum um den Menschen in seiner Gesamtheit kümmert, hungert nach einer neuen Erkenntnis, die uns von einem Mangel zu einem Überfluss an Liebe führen kann. Wir können es uns nicht leisten, dies als »Schwärmerei« abzutun; das Schicksal der Menschheit hängt davon ab, dort Verbindungen zu knüpfen, wo noch traditionelle Schranken bestehen.

Angesichts seiner Warmherzigkeit und seiner Bereitschaft, jedem zu helfen, der der Heilung bedarf, könnte man leicht die Prinzipien übersehen, die Bernies Weltanschauung zugrunde liegen. Allen voran steht das Prinzip der Nichtdualität, das besagt, dass Materie und Energie sowie Geist und Materie nur als voneinander verschieden *erscheinen*. Hinter der Fassade der Materie verbirgt sich eine einzige, alles umfassende Wirklichkeit. Das Prinzip der Nichtdualität ist seit über fünftausend Jahren bekannt und lässt sich zum Ursprung der Spiritualität im alten Indien zurückführen. Zweitens glaubt Bernie an das Prinzip des bewussten Universums. Darauf wird – unter anderem – in der Schöp-

fungsgeschichte Bezug genommen, wo Gott sein Werk nicht von außen beobachtet, sondern es ganz und gar durchdringt. Das dritte dieser Prinzipien ist die Evolution. Obwohl unser Universum den Anschein hat, allein vom Zufall bestimmt zu sein, wird die Schöpfung doch zunehmend komplexer. Darwin kommt das Verdienst zu, die physische Evolution entdeckt zu haben (er selbst glaubte nicht an ein spirituelles Reich). Die Evolution der Seele dagegen lässt sich anhand der langen Tradition der menschlichen Bemühungen um Erkenntnis aufzeigen.

Diese drei Prinzipien zusammengenommen führten Bernie zu einem Schluss, zu dem Weise und Seher aller Zeitalter gelangten: Das Bewusstsein steht am Anfang von allem. Es schafft, beherrscht und kontrolliert alles, was in der materiellen Welt vor sich geht, insbesondere auch im menschlichen Körper. Eine durchschlagende Erkenntnis, die Bernie leidenschaftlich verteidigt und in den Geschichten, die in seinem neuen Buch versammelt sind, auch anderen zugänglich macht. Es wird immer Skeptiker geben, die diesem Gedankengang widersprechen; laut ihrer Weltsicht ist der Materialismus der Anfang und das Ende der Geschichte. Doch inzwischen nimmt die Aufgeschlossenheit gegenüber Wundern zu, was eine überraschende, oft stille Rebellion gegen die Theorie darstellt, dass das Leben zufällig und sinnlos ist. Innerhalb der Weltanschauung, die dieses Buch repräsentiert, ist alles möglich, und der Unterschied zwischen Traum und Wirklichkeit liegt nur in uns selbst. Der Mensch lebt in einer Realität, die umfassend scheint und doch nur ein Bruchteil dessen ist, was an unserem Ursprung liegt. Wenn uns der Ausgang eines Vorhabens ungewiss erscheint, dann nur deshalb, weil wir noch nicht den Mut aufgebracht haben,

ihn uns vorzustellen. Unser Bewusstsein ist dann der Torwächter, der nur ein mögliches Resultat zulässt und den anderen Alternativen den Zugang zur Wirklichkeit verwehrt.

Warum beschränken wir unsere Realität auf diese Weise? Angst, Zweifel, der starke Einfluss des Materialismus, die mangelnde Kenntnis unserer Möglichkeiten, doch vor allem die Angst sind der Grund. William Blake hatte recht, als er sagte, dass wir durch »Fesseln, vom Hirn erdacht,« gehalten werden. Eine festgefahrene Weltsicht ändert sich nur langsam und stellt einen individuellen Prozess dar. Bernie Siegel hat sein eigenes Bewusstsein befreit und widmet sich nun der Aufgabe, andere Menschen aus ihren Zwängen zu lösen. Dass seine Bemühungen von Güte, Intelligenz, Liebe und Voraussicht erfüllt sind, davon kann sich jeder Leser dieses Buches selbst überzeugen.

Deepak Chopra

Einführung

*Ei, wer macht von einem Wunder viel Aufhebens?
Was mich betrifft, ich weiß von nichts als von Wundern.
Für mich ist jede Stunde des Lichts und der Finsternis ein Wunder,
jeder Kubikzentimeter Raum ist ein Wunder,
jeder Quadratmeter der Erdoberfläche ist mit Wundern bedeckt,
in jedem Fuß des Erdinnern strotzt es von Wundern.*

WALT WHITMAN

Vor vielen Jahren hätte ich ein Wunder als etwas definiert, für das es keine Erklärung gibt. Das war meine Vorstellung von einem Wunder. Wenn sich ein Patient unerwartet von einer Krankheit erholte, dann versuchte ich mit meinem rationalen Verstand nach Mechanismen im menschlichen Körper zu suchen, die diese Heilung ermöglicht hatten.

Heute weiß ich, dass alles ein Wunder ist. Selbst Quantenphysiker und Astronomen können die Schöpfung nicht erklären. Das Leben ist ein Wunder, und es hat seinen Ursprung in der intelligenten, liebenden und mit Bewusstsein ausgestatteten Energie, die es erschaffen hat. Egal, ob Sie diese Energie als Gott oder mit einem anderen Begriff bezeichnen: Die Natur des Lebens zeigt uns, dass sie intelligent

und von Liebe erfüllt ist – andernfalls würden wir es nicht überleben, wenn wir uns in den Finger schneiden oder eine Infektion zuziehen. Viele von uns können sich das Leben auf der Erde einzig und allein als ein Wunder vorstellen.

Meiner Meinung nach geht es bei Wundern um unser Potenzial und unsere angeborene Überlebensfähigkeit. Ein Botaniker hat ein Wunder einmal als »spontane Umkehr« bezeichnet, nachdem er entdeckt hatte, wie Pflanzen ihre Gene verändern, um Klimaveränderungen und Krankheiten zu überleben. Denken Sie nur daran, dass ein Baum nicht verblutet, wenn er im Herbst seine Blätter abwirft ... er heilt sich selbst und überlebt.

Die Medizin bezeichnet eine unerwartete Heilung als »Spontanremission«. Doch allein diese Wortwahl deutet an, dass es sich hier um eine glückliche Fügung handelt und dass die betreffende Person nichts damit zu tun hatte. Das ist falsch. Jedes Lebewesen birgt das Potenzial in sich, Wunder zu bewirken. Studien und Untersuchungen belegen, dass sich Krebsgeschwüre manchmal ohne Behandlung wieder zurückbilden. Deshalb müssen wir die Persönlichkeiten und die Lebensgeschichten der Menschen untersuchen, von denen wir glauben, dass sie eine wundersame oder selbst verursachte Heilung erlebt haben.

Ich kenne Menschen, die ihre Sorgen Gott anvertraut oder die Behandlung verweigert haben, um nach Hause zurückzukehren und vor ihrem Tod noch etwas Sinnvolles zu tun. Sie haben das getan, was sie glücklich macht – sei es, sich einen Hund anzuschaffen oder sich für ein Tierschutzgebiet einzusetzen –, und immer schließen die Briefe, die sie mir schicken, mit dem Satz: »Ich bin nicht gestorben, und jetzt habe ich so viel zu tun, dass es mich glatt umbringt. Hilfe!

Was soll ich machen?« Ich möchte den Begriff Wunder nicht auf physische Ereignisse wie etwa die Heilung einer Krankheit reduzieren. Wunder geschehen in allen Lebensbereichen. Da das Bewusstsein nicht auf den Körper reduziert ist oder von Raum und Zeit begrenzt wird, kann es auch über weite Entfernungen etwas bewirken. Darauf werde ich später näher eingehen, wenn ich mich mit spezifischen Beispielen befasse.

Ich hoffe, dass wir irgendwann so viel Geld für die Erforschung des geistigen Raums und der Wunder des menschlichen Körpers aufbringen, wie wir derzeit für die Erforschung des Weltalls ausgeben. Das Geheimnis liegt in uns, und dass wir Angst davor haben, uns unserem Innersten zuzuwenden, liegt in unserer Natur. Wir müssen aufhören, unser Inneres zu fürchten, damit wir unser wahres Potenzial ausschöpfen können.

Ein echtes Wunder wird oft dadurch definiert, dass es den Naturgesetzen widerspricht. Meine Mutter bezeichnete Wunder immer als »Gottes Umleitungen«, die zu einem guten Ende führen. Eine Fernsehsendung, die Sie sich eigentlich nie ansehen würden, informiert Sie über eine Krankheit, von der Sie gar nicht vermutet hätten, dass Sie darunter leiden; ein Fremder hilft Ihnen, einen Reifen zu wechseln – kurz bevor eine Flutwelle kommt; der Hund bellt, während Sie schlafen – weil er ein Feuer riecht. Diese Ereignisse beruhen bei Weitem nicht nur auf Zufall.

Sie sind mehr als glückliche Fügungen. Sie sind *Wunder*.

Tatsächlich kann man auch sogenannte Pechsträhnen als Wunder bezeichnen, denn nur allzu oft führen sie uns in eine völlig neue, positive Richtung. Vor Jahren litt ich so sehr unter Arthritis, dass meine Karriere als Chirurg beendet

schien, noch bevor sie richtig begonnen hatte. Ich schied aus dem aktiven Militärdienst aus und kehrte nach Connecticut zurück, um in der Praxis eines ehemaligen Kollegen zu arbeiten. Fast sofort verschwanden die Symptome meiner Arthritis. Ich konnte weiter meinen Beruf ausüben und zu dem Menschen werden, der ich heute bin.

Ich erwarte nicht von einem Wunder, dass es die physische Realität der Natur verändert. Stattdessen soll es die Sichtweise ändern, die wir der Natur und dem Leben entgegenbringen. Wenn wir uns dafür entscheiden, etwas zu bewegen und zu verändern, wenn wir allen Lebewesen Frieden, Liebe und Freude schenken wollen ... *das* ist in der Tat ein Wunder.

Unser Leben ist eine wunderbare Geschichte. Wenn uns diese Geschichte wichtige Einsichten vermittelt, können wir über uns selbst hinauswachsen und diese liebende, intelligente und mit Bewusstsein ausgestattete Energie wirken lassen. Doch dies erfordert Tatkraft, Hingabe und das Streben nach Weisheit – Eigenschaften, die denjenigen zu eigen sind, die alle Erwartungen übertreffen.

Stacey Chiew schreibt in einem wunderbaren Artikel: »Ich glaube, dass jeder von uns den Schlüssel in sich trägt, der die Tür zu den Wundern öffnet. Doch zuvor muss man das Zauberwort kennen: die Liebe. Wunder sind die Antwort auf die Liebe, die wir uns selbst und anderen entgegenbringen. Die Liebe bewirkt die außergewöhnliche Heilkraft unseres Körpers, sie ist jenes erstaunliche Kraftfeld, das uns schützt, und sie ist die Freude, wenn unsere Gebete beantwortet werden.«

Da kann ich Stacey nur zustimmen: Das Leben ist ein Wunder. Niemand kann heute – und wahrscheinlich auch in Zukunft – die Schöpfung erklären. Wie ist es möglich, dass

die intelligente, liebende und mit Bewusstsein ausgestattete Energie die Materie erschuf?

In diesem Buch will ich einige meiner Lieblingsgeschichten mit Ihnen teilen. Kleinode, gesammelt aus meiner medizinischen Praxis, aus den Tausenden von E-Mails, die ich erhalten habe, und aus meiner persönlichen Lebenserfahrung. Aufgrund der vielen Jahre, in denen ich meine Patienten begleitet und mit ihnen gearbeitet habe, bin ich zur festen Überzeugung gelangt, dass es Wunder gibt und dass wir sie in zunehmendem Maße erleben. Indem ich diese anrührenden Erfahrungen mit Ihnen teile, hoffe ich, dass ich in Ihrem Leben den Funken der Hoffnung und Dankbarkeit entzünden kann. Wir müssen uns unseres Potenzials bewusst werden und dürfen unsere Versuche, Wunder zu bewirken, nicht von vornherein als sinnlose Unterfangen begreifen. Nicht jeder kann im Lotto gewinnen oder in Lourdes eine wunderbare Heilung erfahren. Manche jedoch schon. Also warum sollten wir nicht von diesen Menschen lernen? Versuchen Sie es einfach. Ich bin mir sicher, dass Ihnen dieses Wagnis Freude und Gewinn bereiten wird, haben Sie also keine Angst davor, Verantwortung zu übernehmen und an diesem großen Experiment teilzunehmen.

Wenn ein Wunder geschieht ist in fünfzehn Kapitel unterteilt, in denen Sie Geschichten über Wunder, inspirierende Zitate, Anekdoten und meine persönlichen Überlegungen finden. Jede Art von Wunder wird ausführlich behandelt – von denen des Alltags bis hin zu beeindruckenden Genesungsgeschichten. Ich will Sie dazu ermutigen, jeden Tag aufs Neue nach Wundern Ausschau zu halten und sie zu bewirken. Ich hoffe, dass Ihnen dieses Buch Ermunterung, Kraft und guten Rat für die wundersame Reise schenkt, die wir Leben nennen.

ERSTES KAPITEL

Geburt und Erneuerung

*Eine Geburt ist das Aufreißen eines Fensters,
hinter dem uns eine überwältigende Aussicht erwartet.
Denn was ist geschehen? Nichts weniger als ein Wunder.
Aus nichts ist die Möglichkeit geworden, alles zu erreichen.*

WILLIAM McNEILE DIXON

Die Natur des Lebens ist ein Wunder. Sie ist die intelligente, liebende und mit Bewusstsein ausgestattete Energie, die der Schöpfung zugrunde liegt. Sie ist die Einsicht, dass die Schöpfung erst in der Vielfalt und nicht allein in einer einzigen Lebensform ihren Anfang nimmt. Schöpfung beginnt dann, wenn etwas hinzukommt.

Jedes Kind ist ein Wunder. Spermium und Eizelle treffen aufeinander, und aus einer einzelnen Zelle entsteht ein menschliches Wesen. Alle Zellen sind von Intelligenz erfüllt. Nur so wissen sie, was sie sind und wo sie hingehören. Wenn sich eine Zelle innerhalb des Embryos verirrt, aus irgendwelchen Gründen den Ort wechselt, wandert sie bald automatisch in das Organ zurück, in das sie gehört. Jeder Samen ist von Weisheit erfüllt. Das Samenkorn einer Pflanze kann die Schwerkraft spüren und weiß, in welche Richtung es wach-

sen muss, um zum Sonnenlicht zu gelangen. Und das tut die Pflanze mit einer Entschlossenheit, der oft nicht einmal eine Asphaltdecke widerstehen kann.

Auch unser Geist ist Teil des Wunders. Unfruchtbare Frauen erhöhen die Wahrscheinlichkeit einer Empfängnis, wenn sie Selbsthilfegruppen besuchen, sich mit ihren emotionalen Problemen auseinandersetzen und visualisieren, wie ihr Wunsch erfüllt wird, anstatt sich durch ihren Kinderwunsch unter Druck setzen zu lassen und mit Stress oder Depressionen darauf zu reagieren. Angst und Stressreaktionen sollen uns in lebensgefährlichen Situationen beschützen, doch sie unterdrücken auch die Fähigkeit des Körpers, sich selbst zu heilen – besonders, wenn wir unsere Vorstellungen oder Fantasien fürchten.

Eines Tages rief mich eine Teilnehmerin aus unserer Selbsthilfegruppe an. Sie hatte vorzeitige Wehen bekommen und befürchtete eine Fehlgeburt. Als ich sie im Krankenhaus besuchte, spürte ich sofort, dass ihr Zimmer von Angst und Panik erfüllt war. Ich bat alle anderen Anwesenden, den Raum zu verlassen, dann legte ich beruhigende Musik auf und forderte sie dazu auf, sich bestimmte innere Bilder vorzustellen, um ihren Uterus zu entspannen und die Wehentätigkeit zu beruhigen. Schon bald war alles wieder im Normalzustand, und auf eine durchschnittliche Schwangerschaftsdauer erfolgte die reibungslose Geburt ihres Sohnes, den sie dann sogar nach mir benannte. Da die Familie allerdings irischer Abstammung ist, heißt das Kind Brady und nicht Bernie. Aber damit bin ich auch zufrieden.

Ein Baby ist ein Wunder

VON TANYA F. CHERNOV

Als ich an einem Sommernachmittag vor fünf Jahren einen Anruf von meiner besten Freundin Rachel erhielt, befürchtete ich, sie würde sich aus dem Krankenhaus melden. Rachel litt seit mehreren Jahren unter einer schweren Dickdarmentzündung, und die Anfälle hatten sie in den letzten Monaten derart geschwächt, dass sie sich kaum auf den Beinen halten konnte. Doch als ich ans Telefon ging, erzählte sie mir, dass sie unerwartet schwanger geworden war. Obwohl mir bewusst war, dass sie nun mehr denn je meine Hilfe benötigte, war ich auch sehr erleichtert und aufgeregt, und noch am Telefon versprach ich ihr, mich mit Liebe und Zuneigung um sie zu kümmern.

Erst als ich auflegte, stellte ich mich meiner Angst. Rachel war nun schon so lange krank, dass ich mich fragte, wie ihr schwacher Körper ein Baby austragen sollte. Sie hatte viel an Gewicht und Blutvolumen verloren und litt unter den schrecklichen Nebenwirkungen der lebenserhaltenden Medikamente, die sie einnehmen musste. Aufgrund dieser starken Medikation hatte ich nicht nur Angst um sie, sondern auch um das Baby. Würde sie die Schwangerschaft überstehen? Würde das Kind gesund sein? Ich konnte nicht mehr tun, als ihr meine Zuneigung und Liebe zu schen-

ken – egal, wie groß meine Bedenken und Ängste auch sein mochten.

Die Monate vergingen, und anstatt schwächer zu werden, blühte Rachel förmlich auf. Jedes Mal, wenn ich sie besuchte, war sie hübscher und gesünder. Sie war kräftig, energiegeladen und hatte zum ersten Mal seit Jahren rote Wangen. Nach dem ersten Drittel der Schwangerschaft fühlte sie sich unglaublich gut – die Symptome der Dickdarmentzündung waren wie weggeblasen, als hätte die schreckliche Krankheit niemals existiert. Außer Schwangerschaftsvitaminen nahm sie keine Medikamente mehr ein. Es schien, als verfügte das Kind in ihr über heilende Kräfte, die sich auf Rachels Körper positiv auswirkten und ihr zu dieser überraschend guten Gesundheit verhalfen. Als ich ihren Bauch wachsen sah und ihre Genesung beobachtete, wurde mir klar, dass das Leben immer einen Weg findet – und dass der menschliche Körper im Notfall zu schlagartigen und wundersamen Veränderungen in der Lage ist. Wenn eine Schwangerschaft also die Entzündung eindämmen konnte, so scherzten wir, dann sollte sie ihrem Mann Beine machen und am besten gleich noch mal schwanger werden!

Im März gebar Rachel ein völlig gesundes und sehr hübsches Mädchen namens Linnea Spring. Die Freude über Linneas Geburt wurde nur zwei Wochen später durch einen erneuten, ungleich heftigeren und verheerenderen Ausbruch der Darmentzündung getrübt. Die zusätzliche Belastung, die das Neugeborene mit sich brachte, forderte von Rachels Körper einen hohen Tribut. Parallel zum körperlichen Verfall ging es auch mit ihrer Gemütsverfassung rapide bergab. Rachel wurde mit weniger als der Hälfte des Blutvolumens, das Frauen nach einer Geburt haben sollten, und fast fünfzehn

Kilo schweren Ödemen ins Krankenhaus eingeliefert. Als ich sie besuchte, erkannte ich sie kaum wieder. Es war, als hätte ihr Körper in dem Augenblick, in dem er erfolgreich neues Leben geschaffen hatte, alle Kraft verloren und die Hoffnung aufgegeben. In den nächsten zwei Wochen musste ich mitansehen, wie Rachel erfolglos viele Medikamente nahm sowie Behandlungen und Verfahren über sich ergehen ließ. Da Krankenhäuser keine geeignete Umgebung für Neugeborene darstellen und die erst wenige Wochen alte Linnea ständig zwischen hilfsbereiten Familienmitgliedern hin und her geschoben wurde, bekam Rachel ihre Tochter nur selten zu Gesicht. Ihr Zustand verschlechterte sich, und wir befürchteten das Schlimmste.

Schließlich schien eine komplette Entfernung des Dickdarms der letzte Ausweg, um Rachels Leben zu retten. Da hatten wir eine Idee: Rachel wurde in die Entbindungsstation verlegt und konnte so endlich bei ihrem Kind sein. Sobald Rachel das Baby in den Armen hielt, kehrte die Farbe in ihre Wangen zurück. Rachel, Linnea und ich verbrachten mehrere Tage auf der Entbindungsstation, und jeder neue Morgen brachte auch neue Hoffnung für Rachel. Ein gerade entwickeltes Medikament führte schließlich zu einer Rückbildung der Darmentzündung, und sie kam wieder zu Kräften.

Obwohl die Ärzte wahrscheinlich behaupten würden, dass allein das Medikament dafür verantwortlich war, Rachel von der Schwelle des Todes zurückzuholen, bin ich da anderer Meinung. Linnea schützte Rachels Körper während der Schwangerschaft und rettete sie, als sie im Krankenhaus kurz vor dem Tod stand. Rachel wurde durch ihr Baby geheilt – nicht nur einmal, sondern zweimal. Auch unter glücklicheren Umständen sind Babys kleine Wunder, doch die

Bindung zwischen Mutter und Kind ist so stark, dass sie sogar den Tod überwinden kann. Nun bin ich schon seit fünf Jahren Zeuge dieses Wunders, denn Linnea ist zu einem vorwitzigen kleinen Mädchen herangewachsen und hat eine starke, gesunde und lebensfrohe Mutter.

Gott ist unser Anker

VON CHRISTIE GORSLINE

Langsam schob sich unser Segelboot, die *Nanook*, in die unter einer dichten Nebeldecke liegende Bucht. Rick brachte den Anker aus, ich reffte die Segel. Die darauf folgende Stille wurde nur durch dumpfe Echos durchbrochen, die an Walgesang erinnerten. Wir saßen gerade in der Pflicht, als es zu regnen anfang. Die Tropfen hämmerten wie die Nadel einer auf Hochbetrieb laufenden Nähmaschine auf die Meeresoberfläche ein.

Ich hob feierlich die Arme zum Himmel und wirbelte in der Imitation eines Regentanzes auf Deck herum, um unsere Dankbarkeit für diesen plötzlichen Wolkenbruch zum Ausdruck zu bringen. Wir segelten nun schon seit drei Jahren vor der Westküste Mexikos, und nach wie vor hielt die Natur immer neue Überraschungen für uns bereit.

Nach einer Stunde war alles vorbei. Ich machte es mir mit einer feuchten Segeltasche als Kopfkissen im Bug gemütlich und beobachtete das Spiel der Wolken, die im Wind immer neue Gestalt annahmen. Ein Pirat? Eine Banane. Glühbirnen. Italien. So viele verschiedene Formen. Auf einmal unterbrach ein heftiges Platschen am Heck meine Tagträume.

Es war ein Wal. Sein glänzender Rücken schimmerte im hellen Sonnenschein wie ein gewaltiger Felsbrocken, als er

sich mit erschreckender Heftigkeit im Wasser herumwarf. Ich reichte Rick das Fernglas. »Irgendetwas stimmt da nicht.«

Er beobachtete den Wal mehrere Minuten lang. »Sieht so aus, als wollte er irgendetwas von seinem Schwanz abschütteln.«

Ich setzte mich auf die Plicht, schlang die Arme um die Knie und spähte mit zusammengekniffenen Augen über die Reling. Rick stand neben mir, und gemeinsam betrachteten wir mit Entsetzen das Schauspiel, das sich uns darbot. Ob sich das Tier in einem dahintreibenden Netz oder sonstigem Müll verfangen hatte? Irgendwie fühlten wir uns für sein Leid verantwortlich.

Nach einigen Minuten bemerkten wir, dass der Wal zwischen den wilden Zuckungen regelmäßig Pausen einlegte. Auf zwei Minuten atemloser Raserei folgte eine halbe Minute Ruhe. Dieses Muster wiederholte sich wieder und wieder. Doch selbst mithilfe unseres Hochleistungsfernglases konnten wir die Ursache nicht ausmachen.

Das ging eine Stunde lang so, bis die Aufregung mit einem Schlag vorüber war. Dann begriff Rick, was wir gerade miterlebt hatten. »Heilige Mutter Gottes«, sagte er und reichte mir das Fernglas.

»Was ist denn?«, fragte ich und spähte hindurch.

»*Es un milagro*«, antwortete Rick mit feuchten Augen. Er konnte die Tränen kaum zurückhalten. Ja, es war tatsächlich ein Wunder, als wir beobachteten, wie ein Babywal den Leib seiner Mutter verließ und in den Pazifik tauchte. Erst der Schwanz. Dann der Kopf. Wenige Minuten später beruhigte sich die See wieder. Das Kalb und seine Mutter glitten davon und ließen uns mit Tränen auf den Wangen und in ehrfürchtigem Schweigen zurück.

Es war ein Geschenk Gottes.

Das Licht des Delfins

VON PAULA TIMPSON

Eine unerklärliche, unwiderstehliche Kraft zog mich auf die Bermudainseln. Tief in mir spürte ich, dass dort etwas Bemerkenswertes geschehen würde. Schon als Kind hatte ich davon geträumt, mit Delfinen zu schwimmen. Eines Tages, als mir die geistige Welt die Weisheit eingab, wie ich dies bewerkstelligen könnte, folgte ich ihrem Ruf mit ganzem Herzen und ganzer Seele.

Mitte Juni fuhren wir los. Das Wetter war so gut wie unsere Stimmung! Als der Morgen anbrach, an dem ich mit den Delfinen schwimmen sollte, war ich aufgeregt wie ein kleines Mädchen. Ich fühlte mich so frei und lebhaft wie nie zuvor! Stolz beobachtete mein Mann, wie ich mit meinem Delfinfreund schwamm und spielte. In diesem Augenblick verspürte ich wahre Freude. Der Moment schien ewig zu dauern und war doch zeitlos und würde immer ein Teil von mir sein. Lachend rollte sich der Delfin im schimmernden Wasser. Und auch ich war von Licht und Hoffnung erfüllt.

Wir hatten schon seit längerer Zeit mit dem Gedanken gespielt, ein Kind zu bekommen. Nach dem Delfinschwimmen war ich offen und bereit dafür. Bald darauf fing es an zu regnen. Das Wasser, das auf uns herunterfiel, war wie eine Taufe. Ich ließ los, damit Gott in mir sein Werk tun konnte.



Dr. Bernie S. Siegel

Wenn ein Wunder geschieht

Inspirierende, wahre Geschichten über Heilung, Hoffnung und Liebe

Gebundenes Buch mit Schutzumschlag, 320 Seiten, 12,5 x 20,0 cm
ISBN: 978-3-7787-9238-4

Integral

Erscheinungstermin: November 2012

Das Wunderbare ist ganz nah – und kann unser Leben auf einen Schlag verändern

Wunder geschehen – und sie sind weder Glück noch Zufall, sondern entstehen durch die Kraft unseres Bewusstseins. Dr. Bernie S. Siegel, Bestsellerautor und weltbekannter Ganzheitsmediziner, versammelt die berührendsten Geschichten aus seiner über 30-jährigen Praxiserfahrung. Geschichten von Menschen, die ihre ganz persönlichen Krisen und Schicksalsschläge auf wundersame Weise überwunden haben – ob schwere Krankheit, Familientragödien oder lebensbedrohliche Gefahrensituationen. Jede Geschichte führt auf spannende und beeindruckende Weise vor Augen: Wir alle haben das Potenzial, Wunder entstehen zu lassen. In jeder Situation des Lebens, egal, wie ausweglos sie auch erscheinen mag. Ein Buch, das Zuversicht und Hoffnung spendet und das uns zur Quelle unserer heilenden Kräfte führt.

 [Der Titel im Katalog](#)