Erfahrungsbericht von Michael (Name geändert) nach 7-Tages-Intensivcoaching

Liebe Ramona,

ich möchte mich mit meinem Erfahrungsbericht auch auf diesem Wege für deine umgehende und entscheidende Hilfe bei der Bewältigung meiner gesundheitlichen und mentalen Probleme bedanken. Es war für mich vorher nicht vorstellbar, dass so eine drastische und positive Veränderung überhaupt möglich ist und schon gar nicht in einer so kurzen Zeit.

Aber der Reihe nach:

Ich bin seit mehr als 20 Jahren verheiratet, habe 2 erwachsene Kinder, einen Beruf, der mir mal extrem viel Freude bereitet hat, einen relativ sicheren Arbeitsplatz (mit gutem Gehalt und sehr guter sozialer Absicherung) einen großen Bekanntenkreis, jedoch nur einen sehr kleinen Freundeskreis.

Hier eine kurze Beschreibung, wie mein Zustand vor der Therapie bei Ramona war, ohne zu viele private Details zu nennen:

Das Ergebnis meiner familiären und beruflichen Situation waren jahrelange (tlw. schwere) Schlafstörungen, Frustration; ständige Unzufriedenheit mit mir und der Welt, Tagträumereien, Verbitterung, Hass, Neid, Missgunst, Vorwürfe und Selbstvorwürfe - was sich u. a. in ungerechtem Verhalten gegenüber meinem Umfeld ausdrückte. Ich hab zwar manchmal versucht mir einzureden, dass es in absehbarer Zeit besser werden würde, habe aber selbst nicht wirklich daran geglaubt. In einer scheinbar ausweglosen Situation gefangen - ohne wirkliche Hoffnung.

Ich habe immer wieder mal versucht meine Situation in Eigenregie zu verändern, sei es durch Entspannungsübungen, Anwendung von diversen Übungen verschiedener angelesener Methoden (z.B. NLP, Zeitmanagement, etc.). Das Ergebnis war im Nachhinein betrachtet klar - alles Stückwerk, ziemlich laienhaft umgesetzt und damit natürlich letztlich erfolglos.

Mein früherer Optimismus, meine Vitalität, Aktivität - alles war verschwunden. In dieser Verfassung traf mich die Diagnose Krebs und mir wurde dadurch schlagartig bewusst, wie schnell es zu Ende gehen kann, ich die ganzen, immer wieder verschobenen Ziele vielleicht nie mehr erreichen werde.

Zuerst habe ich das lange überfällige, grundsätzliche Gespräch mit meiner Frau geführt; ihr gesagt, was mich schon lange stört, was ich für Sehnsüchte und Wünsche habe und was ich nicht mehr länger ertragen kann. Dieses Gespräch war sehr gut, hat uns beide wieder näher gebracht und die Kraft gegeben die kommenden Ereignisse besser zu verkraften.

Was den Krebs angeht, habe ich in kurzer Zeit viel im Internet recherchiert, mich dann sehr schnell für die Operation entschieden und diese terminlich forciert, so dass ich sie noch vor Weihnachten hinter mir haben würde. Danach folgten eine REHA mit anschließender Genesungszeit. Nachdem ich dann mit dem festen Vorsatz - es langsamer angehen zu lassen - wieder angefangen habe zu arbeiten, hat es nur kurze Zeit gedauert, bis der Stresslevel wieder auf dem normalen Niveau angelangt war. Lange Arbeitszeiten, mit kurzen Erholungsphasen und vor allem keine eindeutige Trennung von Arbeit und Freizeit. Dies ließ mir auch wenig Zeit wieder richtig zum Nachdenken zu kommen. Auch mein Privatleben hat sich wieder in die alte Richtung entwickelt, wobei das Verhältnis zu meiner Frau deutlich besser geblieben ist als vor der dem Gespräch. Mit anderen Worten, es war alles fast beim Alten.

Nach 5 Monaten kam die Quittung - mein Tumormarker ist wieder angestiegen. Es folgten wieder schwache Versuche mein Leben zu ändern, ohne die nötige Konsequenz und Umsetzungsstärke.

Ich habe noch eine Behandlung in einer homöopathischen Klinik begonnen, die ich bis heute auch noch begleitend mache. Dabei gab es neben den homöopathischen Medikamenten auch Therapiegespräche, -basteln und Körperübungen, die an sich hilfreich sind, für mich aber einfach nicht umfassend und lösungsgebend waren, eher so nach dem Motto, das tut mir halt auch gut!

Der Tumormarker ist allerdings weiter gestiegen, so dass ich mit der Breuss - Krebskur begonnen und endlich Kontakt zu Ramona aufgenommen habe. Sie hat trotz meines sehr kurzfristigen Anrufs und dadurch geringen Vorlaufs ein Treffen möglich gemacht. Schon während dieser ca. 3 1/2 Stunden, hat sich mein mentaler Zustand deutlich gebessert. Ich habe wieder Möglichkeiten gesehen, wie sich meine Lebensumstände verbessern könnten und damit die längst verlorene Lebensfreude zurückgewinnen könnte. Wichtig an diesem ersten Treffen war, dass sie mich dazu hat verpflichten lassen, von nun an in erster Linie an mich - und nur an mich - zu denken. Das war sehr wichtig und sehr schwierig. Mein bisheriges Leben war exzessiv geprägt davon, die

Anliegen anderer Menschen wichtiger und dringlicher zu nehmen als meine Eigenen (und die meiner Familie). Mit dieser Verpflichtung habe ich noch 2 Tage gekämpft, bis ich sie auch richtig umgesetzt habe - nun komm erst mal ich!

Zwischenzeitlich habe ich viel im Internet gestöbert, um über unsere Gesprächsthemen (Jahr 2012, Kristallwelten, etc.) mehr zu erfahren. Dabei bin ich auch auf „Bruno Gröning“ gestoßen, dessen Lebens- und Wirkensgeschichte mich sofort fasziniert hat. Ich habe stundenlang Videos auf YouTube darüber angesehen und war mehr und mehr begeistert. Dieses Gedankengut, nur dem Guten im Leben Platz zu lassen und alle bösen, schlechten Gedanken/Handlungen und Empfindungen nicht zuzulassen, entsprach genau meinem innersten Gefühl – meiner Vorstellung der göttlichen Ordnung.

Bei einem Telefongespräch haben wir wieder mehrere Themen besprochen, bearbeitet bzw. hat mir Ramona wieder hilfreiche Tipps gegeben um meine mentale Verfassung weiter zu verbessern. Faszinierend ist für mich immer wieder, wie schnell Ramona aus den wenigen Informationen von mir, ein 100% zutreffendes Bild meiner Situation bekommt. Sie schafft es einfach durch gezielte Fragen, Erklärungen und dem Klarmachen, was wirklich wichtig ist im Leben, also durch so eine „Schnell-Erdung“ selbst unüberwindlich scheinende Schwierigkeiten zu dem zu machen was sie sind – Herausforderungen, die angegangen werden müssen, aber geschafft werden. Diese Veränderung haben wir dann durch ein intensives Einzelcoaching - an 7 aufeinanderfolgenden Tagen - manifestiert und vertieft. Dabei haben wir sehr viele Aspekte, die mich schon lange belasteten und die darin steckenden Informationen und Chancen herausgearbeitet. Ramona hat mir Werkzeuge an die Hand gegeben und diese mit mir eingeübt, die mich in die Lage versetzten, alle mich bedrückenden Ereignisse aus der Vergangenheit, der Gegenwart und Zukunftsängste zu bearbeiten, so dass diese die Belastung, ihre Schrecken verloren. Wie man mit schwierigen Situation umgehen kann, damit diese gar nicht mehr belastend sind/werden. Außerdem hat sie mir geholfen eine Zukunftsvision zu entwickeln, so dass ich die Zukunft nicht mehr als auswegloses Drama, sondern als Lebensfreude-spendenden Zeitraum mit maximalem eigenen Gestaltungsspielraum sehe. Welch ein befreiendes Gefühl. Ein wichtiger Teil der täglichen Sitzungen war Tibetan Cranial, bei dem ich richtig entspannen und Kraft schöpfen konnte für die "Hausaufgaben", die ich mitbekommen habe.

Seit dieser Woche fühle ich mich wie neugeboren, als könnte ich die Welt aus den Angeln heben.

Dieses Coaching und die Beschäftigung mit den Lehren von Bruno Gröning entfalteten eine so schnelle und radikale Änderung meiner Sichtweise vom Leben, meinen Mitmenschen und der Zukunft, wie ich sie mir nie hätte vorstellen können. Es war so einfach - unglaublich.

Ich habe aufgehört andere Menschen zu bewerten und angefangen sie so anzunehmen/akzeptieren wie sie sind. Ich bin einfach toleranter geworden – das war eine großartige Erfahrung. Mir wurde die Möglichkeit bewusst, dass ich mich selbst heilen kann und habe mich mental völlig auf das Gesundwerden fokussiert. Dadurch und indem ich nicht wieder zugelassen habe in diese negativen, ständig bewertenden Gedanken abzudriften, empfand ich schon nach wenigen Tagen soviel Freude, Glück, Zuversicht und Liebe, wie seit vielen Jahren nicht mehr. Mir ging es die meiste Zeit richtig gut. Meine Ehe, die mich vorher mehr unglücklich als glücklich gemacht hat, war für mich wieder eine Verbindung des Glücks und der Liebe. Die Liebe zu meiner Frau - welche bei einer Sitzung mit eingebunden wurde - hat wieder eine Qualität erreicht, wie ich sie schon seit unserer Hochzeit (abgesehen von kurzen Phasen und Ereignissen, wie z. B. der Geburt unserer Kinder) nicht mehr empfunden habe. Ich habe keinerlei Zweifel daran, dass ich wieder gesund werden würde und empfinde eine Lebensfreude, wie ich sie vielleicht noch nie, sicher aber seit ewiger Zeit nicht mehr empfunden habe. Das Denken an die Zukunft ist erfüllt von Freude und Zuversicht.

In den folgenden Tagen/Wochen haben wir noch per Mail oder auch mal telefonisch Kontakt gehalten, wobei es Ramona immer sehr schnell gelang, mich dabei wieder auf Kurs zu halten oder auch wieder dorthin zu bringen - wenn ich mal wieder in alte Denkweisen zurückzufallen drohte. Ramona war immer für mich da und hat meinen Weg spitzenmäßig geleitet, moderiert und unterstützt. Ich kann gar nicht sagen, wie dankbar ich ihr dafür bin.

Welche der getroffenen Maßnahmen letztlich das Sinken des Tumormarkers entscheidend verursacht hat, weiß ich nicht und ist mir auch nicht wichtig. Ich freue mich darauf mein Leben zu leben, meine Zukunft aktiv zu gestalten, meine neu gesteckten Ziele zu erreichen und den Weg dahin zu genießen - ich fühle mich wie neugeboren.

Und das ist definitiv auf die Arbeit mit Ramona zurückzuführen.

Danke dafür - und Gottes Segen für dich und deine Familie!