

# DOPAMIN

Das Buch der Parkinson Community



13. MÄRZ 2018 VON TEAMDOPAMIN

## Lebe deinen Traum

Wenn ich ein Projekt starte dann eigentlich immer mit vollem Einsatz, sehr zur Freude aller Beteiligten, denn ich lasse mich nur davon abbringen, wenn es gute, nachvollziehbare Gründe gibt, die dagegen sprechen.

Ich habe mir schon immer meine (Urlaubs-)Träume erfüllt. Meine erste Reise allein ging mit dem Rucksack vier Wochen allein durch Thailand, die nächste Reise dann allein nach Nepal.

Ausschlaggebend war damals ein berufliches Seminar, bei dem alle Teilnehmer gefragt wurden, welches Land sie im Urlaub unbedingt mal bereisen wollten. Spontan

fiel mir NEPAL ein. Gesagt – Getan.

Ein halbes Jahr später saß ich im Flieger nach Kathmandu, ohne zu wissen, was mich dort genau erwarten würde. Mein Gefühl für Land und Leute aber enttäuschte mich nicht und den Annapurna-Trail zu wandern, war mein persönliches Highlight. Nepal war eines der faszinierendsten Länder, in dich ich je gereist bin. Die Einfachheit der Menschen in den Bergen, die Armut, aber gleichzeitig auch die Religiosität und die Herzlichkeit haben mich tief bewegt. Die Menschen waren mit ihrem Leben zufrieden und glücklich. Die Wanderungen waren sehr anstrengend, es ging tagelang nur bergauf, die Unterkünfte waren einfach und bescheiden, die Dusche war eiskalt und nachts habe ich alle meine Kleidungsstücke angezogen, um nicht in meinem Schlafsack zu erfrieren. Aber all das alles war nicht wichtig, denn die Wanderung entschädigte für alles. Traumhafte Ausblicke in über 5.000 Meter Höhe sind Bilder, die mich noch heute begleiten.

Jahre später in einem Urlaub in Vietnam, traf ich dann vorm Postamt in Hanoi auf die Liebe meines Lebens, aber das ist eine andere Story. Auch in Vietnam wanderten wir in abgelegenen Regionen, im wunderschönen Norden in der Region SAPA an der Grenze zu China.

Nach unserer Hochzeit erfüllten wir uns – reisebegeistert wie wir sind – und als Ausgleich für unsere anstrengenden beruflichen Jobs, diverse Träume und wanderten durch in Südamerika. Highlight war ein Urlaub in Patagonien mit Wanderungen im Nationalpark Torres del Paine, Los Glaciares mit El Chalten und Fitz Roy. Im Pumalín Park bemerkte ich die ersten Anzeichen meiner Bewegungsstörung, wusste aber damals noch nicht was daraus werden würde.

Es sollte noch weitere 2,5 Jahre dauern, bis die Diagnose Morbus Parkinson mein Leben komplett veränderte. Ab diesem Zeitpunkt im Sommer 2008 ging es für mich nur darum, Wissen um die Krankheit zu sammeln und lernen, die Krankheit zu akzeptieren. Gleichzeitig begann ich zu überlegen, wie es beruflich weitergehen würde, denn so einen stressigen Job konnte ich mit der Krankheit nicht ewig weitermachen. Wandern war auch KEIN Thema mehr, stattdessen fuhren wir nach Sri Lanka zur Ayurveda Kur und das seitdem regelmäßig. Es entwickelte sich eine tiefe Verbundenheit zu Land und Leuten. Wir engagieren uns für eine Hilfsorganisation, haben selbst drei Patenkinder vor Ort und wenn wir heute nach Sri Lanka fliegen ist es wie ein „nach Hause kommen“.

Heute, zehn Jahre nach meiner Diagnose und 12,5 Jahre nach den ersten Symptomen, werde ich meinen Rucksack wieder packen! Diesmal geht's wieder auf eine Wanderung. Gemeinsam mit meiner Freundin Eva-Maria, 70 Jahre, werde ich im April 2018 von Santander nach Santiago de Compostela, 560 km auf dem Jakobsweg pilgern für die Parkinsonforschung.

*„Auf dem Camino zu pilgern bedeutet für uns: Begegnung mit sich und anderen, sich selbst aus Distanz zu betrachten, abseits von allem was ablenkt, in der Natur seine Kraft wieder zu spüren. Es bedeutet auch an Grenzen kommen – körperlich und seelisch – und über sich und das Vertraute hinausgehen.“*

### **Wir möchten mit unserem Projekt allen an Morbus Parkinson Erkrankten und Angehörigen Mut machen.**

Wir lassen uns ein auf das Abenteuer Jakobsweg und den vor uns liegenden Weg, was immer er auch für uns bereithält UND wir sind sehr dankbar für all die Begeisterung und Unterstützung, die das Projekt bundesweit erfährt. Das alles ist bereits ein unglaubliches Geschenk!

„Back to the roots“ Es fühlt sich gut an und ist eigentlich so wie immer: Mein Traum vom Pilgern auf dem Jakobsweg wie wahr, und JA, auch mit einer chronischen Erkrankung kann man sich Träume erfüllen.

Wovon träumst Du?

Buen Camino,

### **Stephanie**

---

#### **Teilen mit:**



---

#### **Gefällt mir:**



Sei der Erste dem dies gefällt.

### Ähnliche Beiträge



Ich träume

2. Juli 2017

In "Mit Parkinson leben"

Nur Mut, Urlaub klappt auch mit Parkinson gut!

Für mich entdeckt habe ich eine neue Art des Reisens: kreuzfahren! Ich habe seit 1992 Symptome, die ich gut integrieren konnte, doch seit 22. Juni 2017

In "Mit Parkinson leben"



Das ist jetzt mein neues Leben mit einem kranken Ehemann ( Teil 3 )

16. Juni 2017

In "Diagnose und dann?"

**BEWEGUNG, MIT PARKINSON LEBEN**

**# STEPHANIE**

⌵

Diese Webseite benutzt Cookies [Mehr Infos](#)