

Buchrezension: „Mein Weg geht weiter - Nach schwerer Krankheit auf dem Jakobsweg“ von Gudrun Brandstetter

Unsere Ausbilderin Gudrun Brandstetter aus München hat gerade ein Buch veröffentlicht, das kein weiteres Lehr- oder Übungsbuch für Qigong ist. Ganz im Stile des Buchbestsellers von Harpe Kerkeling „Ich bin dann mal weg“ wird in diesem Buch eine sechswöchige Pilgerreise von Pamplona nach Santiago de Compostela in beeindruckender Offenheit beschrieben.

Ähnlich wie bei Hape Kerkeling war eine schwere gesundheitliche Krise Auslöser für dieses abenteuerliche Unternehmen. Hatte der Entertainer und Komiker nach einem Hörsturz und der Entfernung der Gallenblase das dringende Bedürfnis, etwas an seinem Leben ändern zu müssen, so war es bei Gudrun eine schwere Krebserkrankung, die sie aus der Bahn warf.

Auf den ersten Seiten des Buches beschreibt sie in beeindruckender Offenheit alle Stadien dieser Erkrankung von den ersten Anzeichen am Körper über die verschiedenen Stadien der Therapie bis zur festgestellten Heilung. Der Hauptteil ist dann aber der teilweise detailgetreuen Reisebeschreibung von Pamplona in Nordspanien bis in die Stadt mit der weltberühmten Kathedrale zu Ehren des heiligen Jakobus gewidmet. Sie legt eine genaue Packliste vor und beschreibt die Strapazen jeder einzelnen Etappe genauso wie die dabei erlebten Freuden und Genüsse. Viele eindruckliche Farbfotos erleichtern die Vorstellungskraft beim Lesen des Tagebuches ungemein. Die Autorin gibt darüber hinaus gibt bereitwillig Einblick in ihr psychisches und seelisches Empfinden und ihren spirituellen Erfahrungen auf dem langen Weg während dieser sechswöchigen Tour im Hochsommer (Ende Juli bis Anfang September 2013). „Mein Weg geht weiter“ ist deswegen wohl nicht zufällig zum Titel des Buches geworden!

Wen ein ähnliches Schicksal getroffen hat oder wer eine ähnliche Reise plant, für den ist dieses Buch sicher ein willkommenes Element bei der Bewältigung dieser Aufgaben mit wichtigen Tipps für die Praxis. Was das Buch für den normalen Qigong-Übenden so wertvoll macht, sind die über das Buch sanft verteilten Hinweise auf die wertvollen und heilsamen Wirkungen von ganz konkreten Qigong-Übungen während der Zeit der Erkrankung. Gudrun Brandstetter beschreibt ganz genau die hilfreiche Wirkungsweise einzelner Qigong-Übungen. Das könnte manche Leserin mehr überzeugen als die Wirkungsbeschreibungen in vielen Lehrbüchern. Und mit Verlaub: 600 Kilometer während der Hochsommermonate auf staubigen Wegen und Pisten zu laufen, ist für eine Rekonvaleszentin eine wirklich grandiose sportliche Leistung!

Das Buch umfasst 167 Seiten und ist erschienen im GRIN-Verlag (ISBN 978-3-656-83884-5): Im Papierform kostet das Buch 14,99 Euro, als eBook 4,99 Euro.

Ein Buchvorschau gibt es hier: <http://www.grin.com/de/e-book/284296/mein-weg-geht-weiter-nach-schwerer-krankheit-auf-dem-jakobsweg>

