

Petra Rein

## „Aufgeben war keine Option“

„Irgendwann wieder Sonne, See und Berge sehen – mein Traum“

**Markus Wein ist 39 Jahre alt und wird vor circa zehn Jahren unsanft aus seinem Sonnenschein-Leben gerissen. Er geht 2011 den Jakobsweg und einige Wochen später deuten sich erste Krankheitsbilder an. Noch nicht dramatisch, aber lästig. Es zippt mal hier und zappt mal da. Je mehr Zeit vergeht, desto häufiger zeigt ihm sein Körper „Schwachstellen“ auf. Er versucht diese zu erkunden. Es folgt, was bei vielen Betroffenen folgt; eine Ärzteodyssee beginnt.**

In der Regel sind alle sehr bemüht, ihm zu helfen; können es aber nicht. Bis heute kann er aufgrund der Folgen der Borreliose seinen alten Job nicht mehr ausüben. Unterkriegen lässt er sich nicht. Sein Lebensweg beweist eindrucksvoll, dass Aufgeben keine Option ist. Nicht heute – nicht morgen – nie. Denn immer, immer wieder geht die Sonne auf!

Heute sagt Markus Wein rückblickend, dass viele Ärzte mit dem Thema Borreliose nicht in Gänze vertraut sind. Er denkt, dass Verbesserungspotenzial besteht und auch Informationsbedarf, der abgedeckt werden muss. Auch er kam während seiner Erkrankung an den Punkt, als Notfall ins Klinikum eingeliefert zu werden und auch ihm sagte der behandelnde Chefarzt, dass eine Borreliose zu 100 Prozent ausgeschlossen werden könne.

**FALSCH, sehr schade!** So wurde wertvolle Zeit verschwendet. Weitere fünf Jahre sollte es dauern, bis er den Arzt fand, der endlich den wertvollen, umfassenden



den Wissensstand besaß, um die Borreliose zu erkennen.

Auf die Schliche kam Wein ihr durch die *Dunkelfeldmikroskopie* ❤️. „Es war die Summe vieler kleiner Schritte, die mich so weit gebracht hat“, sagt Wein heute. Diesen einen einzigen Tag, der den Durchbruch gebracht hätte, den gab es nicht. Auch Rückschläge und Schwankungen gehörten zum Weg.

Heute – erneut fünf Jahre später – hat Markus Wein seine Krankheit in einem Kinderbuch verarbeitet und möchte alle Menschen ermutigen, sich von der Plapperschnatterkleinmachnatter keinesfalls unterkriegen zu lassen. Wein beantwortete gerne unsere Fragen für **Borreliose Wissen**.

### **Wie hat sich die Borreliose bei Ihnen bemerkbar gemacht?**

Es war, als würde ich in einer Art übersensiblen Schmerzzwangsjacke gefangen gehalten. Schubweise löste irgendwann jeder noch so kleine Reiz Schmerzen aus. Jede Berührung, jedes noch so kleine Geräusch wie ein Papierrascheln, jeder Luftzug, Wärme und Kälte, so ziemlich alles. Nur die Mundwinkel nach oben zu ziehen war zeitweise zu schmerzhaft. Dazu kamen ständig wiederkehrende Schwindelattacken, zum Beispiel beim Lesen. Lange Phasen musste ich im Rollstuhl herumgefahren, angezogen und gefüttert werden. Zwei

Jahre konnte ich die Wohnung nicht verlassen, ein Jahr noch nicht einmal mehr sprechen. Ein ganzes Jahr lang saß ich nahezu den ganzen Tag regungslos und schweigend auf einem extra gepolsterten Stuhl neben meinem Bett und habe die Wand angeschaut. Stunde für Stunde, Tag für Tag, Monat für Monat. Keine Ablenkung, kein Weglaufen, viel Zeit allein mit mir, meinen Gedanken und Emotionen.

Auch heute schränkt mich die Krankheit noch ein und ich bin auf Hilfe angewiesen, aber es ist wieder ein ganz neues Leben! Ein schönes Leben, wie ich es mir zwischendurch gar nicht mehr vorstellen konnte.

### **Worum geht es in Camina und die Plapperschnatterkleinmachnatter?**

Die kleine Camina lebt auf der wunderbar wunderschönen Glühwürmcheninsel im Paradies. Hier scheint die Strahlesonne Tag für Tag, das Schokoeis hängt einfach so an den Bäumen und abends kann sie von ihrem kuscheligen Hängemattenbalkon aus bestaunen, wie die Strahlesonne im funkelnden Bergsee versinkt. Wenn sich dann die Riesenglühwürmchen wie bunte Discolichter auf der Wasseroberfläche spiegeln, erwacht Caminas großer Traum: Einmal selbst so leuchten können. Dann müsste die kleine Camina nämlich keine Angst mehr haben, die Strahlesonne könnte eines Tages nicht wieder auftauchen. Tatsächlich

lich kreuzt eines Nachts die lichtscheue Plapperschnatterkleinmachnatter auf, um die Alleinherrschaft über die Insel zu übernehmen. Mit ihren fiesen Kleinmachbotschaften lässt sie alle Inselbewohner schrumpfen, sogar die Strahlesonne kann sie so entführen. Von jetzt auf nachher ist es stockfinster. Wie soll sich die geschrumpfte Camina in der gefürchteten Dunkelheit aus den Fängen der mächtigen Plapperschnatterkleinmachnatter befreien? Und wie soll sie die Strahlesonne retten? Eine spannende Reise beginnt, die Camina erst einmal nach innen führt.

### **Wofür haben Sie das Buch geschrieben?**

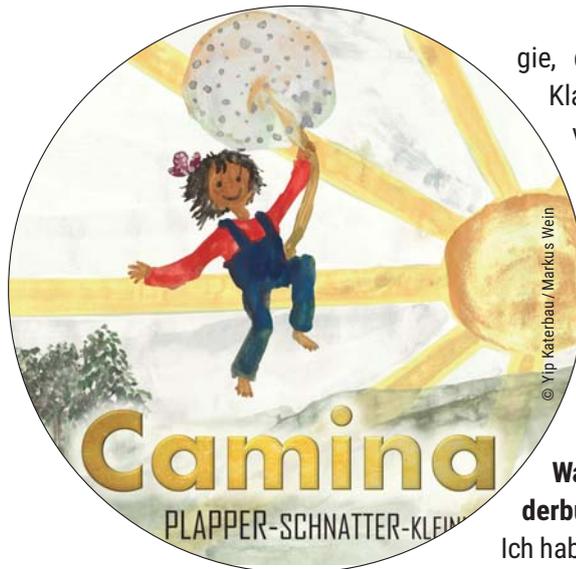
Ich möchte Menschen inspirieren, sich von ihren Kleinmachern zu befreien und ihre echte Größe zu spüren. Dann ist oft mehr möglich, als wir für möglich halten. Wer krank ist, schöpft aus dem Buch sicherlich Mut, Hoffnung und Kraft.

### **Was hat das Buch mit Ihrer Geschichte zu tun?**

Ich bin gewissermaßen den gleichen Weg gegangen wie die kleine Camina.

Ich wurde von der Krankheit aus meinem Sonnenscheinleben herausgerissen. Gerade noch der volle Höhenflug, Masterstudium top abgeschlossen, gut bezahlter Job, die große Liebe kennengelernt und viele Zukunftspläne gemacht. Dann plötzlich stehe ich wie ein Zwerg vor diesem Berggigant, wollte aber unbedingt meinen Traum verwirklichen und eines Tages mit meiner lieben Andrea über eine blühende Bergwiese hüpfen, ein Picknick mit Seeblick genießen. Doch über viele Jahre schien dieser Traum gleich mehrere Lichtjahre entfernt.

Weil ich im Außen gerade nichts ändern konnte, habe ich nach innen geschaut, mehrere tausend Stunden meditiert. Dort habe ich sie entdeckt, die Plapper-



schnatterkleinmachnatter mit ihren Kleinmachbotschaften in meinem Kopf. Sie sagte: „Dieser Berggigant ist zu groß für dich“. Oder: „Höre auf zu träumen. Du wirst sowieso nur wieder enttäuscht.“ Oder: „Du bist eine Last für deine Liebsten. Deine Beziehung wird daran zerbrechen.“ In solchen Momenten bin ich gefühlt geschrumpft.

Dass ich heute hier so fröhlich quatschen kann, liegt unter anderem daran, dass ich mich, wie auch die kleine Camina, der Plapperschnatterkleinmachnatter gestellt und mich aus ihren Fängen befreit habe. So bin ich innerlich gewachsen, habe mich immer freier und stärker gefühlt, habe anstatt auf die Plapperschnatterkleinmachnatter immer konsequenter auf meine innere Stimme gehört. Irgendwann sind dann auch im Außen wieder großartige Dinge passiert.

Und eines Tages wanderte ich tatsächlich mit Andrea in den Alpen, und mein Bergwiesen-Traum wurde wahr! Genau so, wie ich es mir jahrelang erträumt hatte.

### **Was ist so schlimm an Kleinmachbotschaften?**

Wenn wir sie glauben, lassen Sie alles Großartige in uns schrumpfen: Denkvermögen, Kreativität, Mut, Hoffnung, Ener-

gie, die Wertschätzung fürs Leben, Klarheit, Begeisterung, Durchhaltvermögen, Mitgefühl, Liebe, Freude, unsere Träume und vieles mehr. Das sind aber genau die Dinge, die wir brauchen, um schwierige Phasen zu meistern und unseren Träumen näherzukommen. Da brauchen wir unsere echte Größe.

### **Warum haben Sie sich für ein Kinderbuch entschieden?**

Ich habe mir die Frage gestellt: Wie kann ich meine Botschaft so teilen, dass sie möglichst leicht bekömmlich ist (auch noch nach einem langen Arbeitstag, oder für kranke Menschen)? Da kam mir die Idee mit dem Kinderbuch. **Das Motto: für Kinder geschrieben, damit es auch Erwachsene verstehen.**

### **Was hat Ihnen in der schwierigsten Zeit Ihrer Krankheit am meisten geholfen?**

Liebe, Sinnhaftigkeit (ein klares „Wofür“), Dankbarkeit, Leichtigkeit und die Bereitschaft, beharrlich die Arbeit zu machen, um innerlich immer freier zu werden.

**Mein neuer Traum: Menschen ihre echte Größe spüren lassen. Ob mit meinem Buch oder als Coach.**

### **Was und wer konnte Ihnen helfen?**

Anfangs dachte ich: Mich gesund machen ist Job der Ärzte, nicht meiner. Irgendwann habe ich dann selbst die Verantwortung übernommen, mich zum Expeditionsleiter meiner Genesungsreise ernannt. Auf dieser Expedition haben mich viele Menschen – Familienmitglieder, Ärzte, Therapeuten, Coaches, mein „Engel“ von der Nachbarschaftshilfe – begleitet. Jeder hat mir auf seine Art geholfen.

Besonders wichtig waren für mich Menschen, die Zuversicht und Vertrauen ausgestrahlt haben. Da sind mir zum

Beispiel Sätze von meinem Bruder hängen geblieben wie etwa: „Wenn einer das schafft, dann du“, oder sein Paulo-Coelho-Zitat: „Die dunkelste Stunde ist die vor dem Sonnenaufgang“, das hat mir Kraft gegeben.

**Gibt es jemanden, dem Sie danken wollen?**

Was das Buch angeht, möchte ich mich bei Yip Katerbau für die ausdrucksstarken und berührenden Illustrationen bedanken.



**Und in Bezug auf Ihre Erkrankung?**

Ein besonderer Dank geht an meine Frau Andrea, die die ganze Zeit über mit Liebe und Geduld an meiner Seite stand, so viel mitgemacht hat und immer wieder die „Lösungbrille“ aufgezogen hat. Sie suchte immer nach Wegen. Ohne sie hätte ich das alles nicht geschafft.

**Gibt es etwas, das Sie den Lesern von Borreliose Wissen zum Schluss noch mitgeben möchten?**

Ja, gerne! Dass es sich lohnt, Verantwortung für den eigenen Einflussbereich zu übernehmen, seinen eigenen Weg, aber

auch die richtigen Unterstützer zu suchen. Zum eigenen Einflussbereich gehören auch der eigene Kopf und die Plapperschnatterkleinmachnatter darin.

Wer Lust hat, tiefer ins Thema einzusteigen, dem lege ich meine „**Größermachfragen für Kleinfühlsituationen**“ ans Herz. Ich wünsche den Lesern alles Gute und beste Gesundheit. Und Kleinmachbotschaften müssen leiser, die innere Stimme wieder lauter werden.

Download unter:  
<https://www.markuswein.de/downloads>

\*\*\*\*\*

Herr Wein geht gemeinsam mit der Selbsthilfegruppe Landsberg am Lech noch im Jahr 2024 auf Buchlesung. Über Termine informieren wir gerne, wenn diese feststehen.

Falls Sie Herrn Wein persönlich kennenlernen möchten, haben Sie auf unserer **Jubiläumsveranstaltung in Frankfurt am Main am 27. April 2024** Gelegenheit.

Gerne steht er für ein persönliches Gespräch zur Verfügung.



Markus Wein  
Good-Life-Coach  
Murgtalstraße 13  
76476 Bischweier  
Tel.: 07222/9639354  
E-Mail: [hallo@markuswein.de](mailto:hallo@markuswein.de)  
Web: <https://www.markuswein.de>



**Dunkelfeldmikroskopie**

Für die Blutuntersuchung mit einem Dunkelfeldmikroskop nach Prof. Dr. Enderlein wird aus der Fingerbeere ein Tropfen Blut entnommen, welcher dann zwischen zwei Glasplättchen unter dem Mikroskop mit bis zu 1000-facher Vergrößerung untersucht wird. Das noch lebende Blut bietet faszinierende Einblicke und gibt Aufschluss über Qualität, Aktivität/Vitalität und Verklumpungen von verschiedenen Blutzellen. Auch Säuren, Pilze, Schadstoffe und parasitäre Belastungen sind mitunter zu entdecken. Selbstverständlich ist die Dunkelfelddiagnostik nur ein Teil einer umfassenden Diagnose, die sich zusätzlich immer auf ein ausführliches Gespräch/Anamnese und eventuell weitere Untersuchungen stützt.

**Diana Haf-Steppich**

Heilpraktikerin und Ayurveda-Spezialistin, D-87648 Aitrang  
Telefon 08343/9234099

Haben Sie Fragen zur Dunkelfeldmikroskopie? Schreiben Sie eine Mail an [redaktion@borreliose-bund.de](mailto:redaktion@borreliose-bund.de). Gerne reichen wir Ihre Anliegen weiter.

**KURZ NOTIERT**

Für alle Fälle die richtige Nummer! Medizinische Hilfe, wenn die Arztpraxen zu sind:

**PATIENTENSERVICE 116 117**

Der ärztliche Bereitschaftsdienst hilft Ihnen außerhalb der Sprechstundenzeiten bei Erkrankungen, mit denen Sie sonst in die Praxis gehen würden und deren Behandlung nicht bis zum nächsten Tag warten kann.

**In lebensbedrohliche Fällen alarmieren Sie bitte den Rettungsdienst unter der Notrufnummer 112.**