

Silke Naun-Bates

Mein Weg in die Freiheit



SHEEMA



Silke Naun-Bates

Mein Weg in die Freiheit



Bibliografische Information der Deutschen Bibliothek

Die Deutsche Bibliothek verzeichnet diese Publikation in der Deutschen Nationalbibliothek; detaillierte Daten sind im Internet über <http://dnb.ddb.de> abrufbar.

1. Auflage 2015 | Originalausgabe

Copyright © 2015 Sheema Medien Verlag,

Inh.: Cornelia Linder, Hirsbergerstr. 52, D - 83093 Antwort

Tel.: +49 (0)8053 – 7992952, Fax: +49 (0)8053 – 7992953

<http://www.sheema-verlag.de>

Copyright © Silke Naun-Bates

Ebook ISBN 978-3-931560-76-8

EPDF ISBN 978-3-931560-77-5

ISBN Buch-Ausgabe 978-3-931560-45-4

Coverabbildung: © Oberlephotoart, Frank Oberle 2015

Umschlaggestaltung: Sheema Medien Verlag, Schmucker-digital

Gesamtkonzeption: Sheema Medien Verlag, Cornelia Linder

Druck und Bindung: FINIDR, s.r.o., Český Těšín

Allgemeine Hinweise:

Das gesamte Werk ist im Rahmen des Urheberrechts geschützt. Jede vom Verlag nicht genehmigte Verwertung ist unzulässig. Dies gilt auch für die Verbreitung durch Tonträger jeglicher Art, elektronische Medien, Internet, photomechanische, und digitalisierte Wiedergabe sowie durch Film, Funk, Fernsehen einschließlich auszugsweisem Nachdruck und Übersetzung. Anfragen für Genehmigungen im obigen Sinn sind zu richten an den Sheema Medien Verlag unter Angabe des gewünschten Materials, des vorgeschlagenen Mediums, gegebenenfalls der Anzahl der Kopien und des Zweckes, für den das Material gewünscht wird.

Dieses Buch dient keinem rechtlichen, medizinischen oder sonstigen berufsorientierten Zweck. Die hier gegebenen Informationen ersetzen keine fachspezifische Beratung oder Behandlung. Wer rechtlichen, medizinischen oder sonstigen speziellen Rat oder Hilfe sucht, sollte sich an einen geeigneten Spezialisten wenden. Autor und Verlag übernehmen keine Haftung für vermeintliche oder tatsächliche Schäden irgendeiner Art, die in Verbindung mit dem Gebrauch oder dem Vertrauen auf irgendwelche in diesem Buch enthaltenen Informationen auftreten könnten.

*Gewidmet dem facettenreichen, bunten Leben.
So komplex und doch so einfach.*

INHALT

- 9 Vorwort von Cornelia Linder
- 15 Über dieses Buch
- 17 **Der scheinbare Unterschied**
- 18 Wie es dazu kam
- 25 Auswirkungen
- 33 **Der wirkliche und wesentliche Unterschied**
- 34 Grenzen ... und darüber hinaus
- 36 Rebellenjahre – wild, verrückt und
experimentierfreudig
- 39 Alltag und Mobilität
- 43 Mein Körper – Ästhetik und Schönheit
- 45 Arbeit ...
- 59 und Berufung
- 65 Eine meisterhafte Verbindung
- 73 **Familienbande**
- 74 Meine Mutter
- 81 Mein Vater
- 82 Meine Schwester
- 85 **Im Dschungel der Finanzen**
- 99 **Kinder – Botschafter des Lebens**
- 99 Schwangerschaften und Geburten

- 106 Alltag mit Kleinkindern
- 109 Kindergarten
- 110 Schule – oder der ganz normale Wahnsinn
- 116 Berufswahl und Ausbildung
- 119 Entwicklung und Wachstum
- 123 **Im Brennglas der Liebe – emotionale Freiheit**
- 123 Beziehungen
- 142 Sexualität
- 145 **Begegnungen mit dem Tod – geistige Befreiung**
- 157 Mein JA zum Leben
- 159 Die Frage nach dem Sinn ...
- 169 **Die Welt der Spiritualität**
- 175 **Die Essenz – frei und glücklich**
- 179 **Die Botschaft**
- 182 **Ethik**
- 185 **Aussicht**
- 186 Danke
- 190 Timeline
- 193 Wichtige persönliche Lehrer und Inspirationsquellen
- 194 Vita

www.mein-weg-in-die-freiheit.info

VORWORT

Als ich Silke Naun-Bates bei einer Veranstaltung im Dezember 2013 zum ersten Mal sah, war ich zunächst komplett perplex – mein Verstand setzte für einen Moment aus, denn das, was ich sah, passte „irgendwie“ nicht zusammen. Da saß diese strahlende Frau in ihrem bunten Shirt – schön, fröhlich, präsent und mit einer unglaublich positiven Ausstrahlung. Doch was mir den Atem verschlug, war, dass sie da saß – ohne Beine! – in einem Rollstuhl.

Wie kann ein Mensch, der so offensichtliche Einschränkungen hinzunehmen hat wie Silke, es schaffen, glücklich und frei zu leben? Denn das war (und ist) sie ganz offensichtlich. Diese und noch mehr Fragen wollte ich klären, als ich sie im Sommer 2014 anrief und fragte, was sie zu meiner Idee sage, ein Manuskript über ihre Geschichte in meinem Verlag zu veröffentlichen. Ihre Antwort war ganz einfach und klar: „Ja.“

Entstanden ist ein sehr persönliches erstes Buch. Silke erzählt in ihrem ganz eigenen Stil ihren Weg: nicht chronologisch, das würde nicht zu ihr passen, sondern bunt gemischt – eingeteilt in

unterschiedliche Lebensbereiche. Mit Humor, liebevoll, ehrlich und auf sanfte Art herausfordernd transportiert Silke ihre individuellen Erfahrungen und die daraus resultierenden Erkenntnisse. Sie erzählt uns ihr Leben, manchmal gleich einem autobiographischem Lebenslauf, um danach klar und tief ihre Weisheit mit uns zu teilen. Ihr Wunsch ist es, aufzuzeigen, dass jede Situation, jedes Erlebnis unserem persönlichen Wachstum dient (oder dienen kann), dass es stets weitergeht und wir wählen können, in welcher Qualität. Schmerz (sei er körperlich oder emotional) ist ein Teil des Lebens, Leid jedoch wird von uns selbst erzeugt. Wir Leserinnen und Leser werden hineingeworfen in ihre Geschichte – und wenn wir uns erlauben, einzutauchen, ohne Wenn und Aber, kann es sein, dass wir ganz neu sehend wieder auftauchen.

Noch immer bin ich still berührt und zutiefst dankbar für ihre Frage, ob ich das Vorwort zu diesem Buch schreiben möchte – und dieses Mal war ich selbst es, die mit einem einfachen „Ja“ antwortete, denn was gibt es Schöneres, als einen Menschen mit Worten zu begleiten, der so außergewöhnlich ist wie Silke (auch wenn sie das nicht so gerne hört). Immer und immer wieder haben wir darüber gesprochen, dass das, was Außenstehende wie ich als etwas Besonderes ansehen, für sie und ihre Liebsten das Normalste der Welt ist. Nicht das Fehlen ihrer Beine empfindet sie als „Behinderung“ oder „Einschränkung“, sondern das, was die Menschen daraus machen. Und dennoch möchte ich sagen:

Für mich ist Silke ein Vorbild, eine Mutmacherin und ein wirklich besonderer Mensch.

„Mein Weg in die Freiheit“ ist der treffende Titel für ihr Buch, und Silke fordert darin die Leserinnen und Leser bewusst und herzlich auf, bisherige Konzepte von Freiheit und Glück infrage zu stellen, zu erweitern oder auch vollkommen neu zu kreieren. Sie sagt: „Mein tiefer Wunsch ist es, dass jeder Mensch erkennt, dass wir alle freie Wesen sind mit dem Geburtsrecht, glücklich zu sein – vollkommen unabhängig von unserer Herkunft, unserem Glauben, unseren Konditionierungen und Erlebnissen der Vergangenheit.“ Silke nimmt uns mit auf eine Reise in ihre Vergangenheit und lässt uns daran teilhaben, wie sie zu ihren Erkenntnissen gelangte.

Sie gibt uns Einblicke in ihr Leben – mal nüchtern sachlich, mal emotional, und oft humorvoll und mit einem Augenzwinkern. Sie erzählt aus der Zeit vor dem Unfall, wie sie war als kleines, wildes, freiheitsliebendes Mädchen, wie sich ihr Leben danach entwickelte und sie zu dieser strahlenden Frau heranreifte, die sie heute ist. Denn nach dem Unfall war das nicht selbstverständlich, im Gegenteil – den Ärzten und ihrem Umfeld war damals klar: Silke gehört ab jetzt in die Schublade „körperbehindertes Neutrum“. Ein Leben als Frau, Partnerin, geschweige denn Mutter wird für sie unmöglich sein. An Beruf und Arbeit gar nicht zu

denken. Es stand fest, dass sie stets auf Hilfe und Unterstützung anderer Menschen angewiesen sein würde. Heute blickt Silke dankbar schmunzelnd zurück auf die Begrenztheit der damaligen Überzeugungen, welche sie verführten, das Gegenteil zu beweisen.

Dabei gestaltete sich ihr Leben nicht als „leicht“ – und doch führte sie ein in ihren Augen ganz normales Leben. Der Unfall sollte nicht der einzige Schicksalsschlag bleiben: Silkes vollkommenes Ja zum Leben entsprang ihren zahlreichen Begegnungen mit dem Tod, welcher über eine gewisse Zeitspanne ihre gesamte Aufmerksamkeit auf sich lenkte. Das Einlassen auf den Tod und ihre daraus resultierenden Erlebnisse und Erfahrungen sind bis heute essenzielle Begleiter für sie. Ihre Beziehung zu ihren Kindern und Partnern waren und sind für Silke ihre wahrhaftigsten Lehrer. Im Brennglas der Liebe lernte sie Hingabe und Vertrauen an das Leben. Beruflich begleitet Silke seit mehr als zehn Jahren Menschen mit vielfältigen körperlichen und psychischen „Geschichten“ auf ihrem Weg zurück in die Arbeitswelt. Seit 2014 bietet sie regelmäßig Seminare und Trainings an. Sie lebt und liebt gemeinsam mit ihrem Mann. Ihre beiden Kinder Samantha und Pascal sind bereits erwachsen. Alles in allem ein ganz normales Menschenleben. Und doch ist es so anders ...

Dieses Buch berührt tief im Innern und fordert auf, bestehende Überzeugungen infrage zu stellen und eine kühne, wahrhaftige

und authentische Wahl zu treffen. Es gibt Hoffnung und Mut, (wieder) Freude am Leben zu finden. Für mich ist es Motivation pur. Und dafür bin ich sehr dankbar.

Um die komplexen Zusammenhänge der einzelnen Lebensbereiche, die Silke beschreibt, besser verstehen zu können, haben wir an das Ende des Buches eine „Timeline“ gestellt mit allen relevanten Daten. Sollten Sie also in dem einen oder anderen Kapitel mit den Ereignissen durcheinanderkommen, können Sie sich hier Klarheit verschaffen.

Cornelia Linder
Mai 2015

*Sein ist Schweben zwischen Polen.
Tod ist Leben unverhohlen.
Traum ist innigstes Erwachen.
Liebe ist des Weltalls lachen.
Sinn ist Licht und ist Versenkung.
Schicksal Reinigung und Lenkung.*

Karl Wolfskehl

ÜBER DIESES BUCH

Während du Seite für Seite liest, wirst du sehr Persönliches und Intimes über mich und mein Leben erfahren. Wir werden uns – über das geschriebene Wort – sehr nahe kommen. Meine Geschichte wird die deine berühren. Um dieser Berührung angemessenen Ausdruck zu schenken, begegne ich dir in diesem Buch mit einem respektvollen „Du“.

Bitte nagele mich nicht an genaue Zeitangaben fest, insbesondere wenn du mich persönlich kennst und ein Stück meines Weges mit mir gegangen bist. Viele Erlebnisse fanden zeitgleich statt und manches Mal wundere ich mich selbst über die Vielfalt an Erfahrungen und deren Komplexität. Auf „exakte“ Biografiearbeit hatte ich persönlich keine große Lust. Für mich sind die Erfahrungen und deren Essenzen wichtig. Zeit spielt für mich weniger eine Rolle.

Es mag sein, dass dich manche Sätze in diesem Buch herausfordern, mit anderen bist du vielleicht in Einklang. Einiges habe ich bewusst „herausfordernder“ geschrieben, anderes sanfter und weicher.

Erinnere dich beim Lesen bitte stets daran:

Dies ist meine Geschichte, es sind meine Erinnerungen, meine Sichtweisen und Erkenntnisse. Nichts liegt mir ferner, als dir zu sagen, was für dich stimmig und angemessen ist. Das wäre aus meiner Sicht vermessen. Doch meine Geschichte kann dir, wenn du das möchtest, als Beispiel dienen für das, was möglich ist; als Erinnerung daran, wer du wirklich bist und zu was wir fähig sind; dir Mut machen, einen bisher vielleicht noch nicht gewagten Schritt zu gehen, dich in all deinen farbenprächtigen Facetten anzunehmen, zu lieben und der Welt zu zeigen.



DER SCHEINBARE UNTERSCHIED

Wie du auf dem Cover des Buches siehst, fehlen meinem Körper zwei wesentliche Teile: die Beine.

Das unterscheidet meinen Körper von den Körpern der meisten Menschen.

Das ist jedoch auch der einzige Unterschied!

Da dieser Unterschied für viele Menschen jedoch wesentlich ist und Fragen aufwirft, lasse ich dich gerne an der Geschichte teilhaben, wie es dazu kam und welche Auswirkungen dies auf meine Familie und mich hatte. Damit du dir besser vorstellen kannst, wie ich als Kind war und wie wir uns als Familie begegneten, beginne ich vor dem Ereignis, welches diesen Unterschied bewirkte.

Wie es dazu kam

Meine Erinnerung zeigt mir eine reiche, mit Abenteuern gespickte und lachende Kindheit. Ich war Winnetou, Pan Tau und Tarzan, tobte im Wald, kletterte auf Bäume, versuchte zu schweben und zu fliegen, spielte Fußball, fuhr Fahrrad und Kettcar. Für mein Leben gerne hielt ich mich im Wasser auf: ob Kanal, See, Hallen- oder Freibad – Hauptsache Wasser. Das Emsland bot dafür eine Vielfalt an Möglichkeiten.

Ich wuchs in einer Familie auf, in der Urgroßeltern, Großeltern und wir (meine Eltern, meine Schwester und ich) in einem Haus lebten. Meine Großeltern waren selbstständige Friseure und mein Vater arbeitete im Familiengeschäft mit. Wochentags aßen wir alle zusammen zu Mittag. Meine Oma kochte für uns und die Angestellten des Geschäftes. Die Familie meines Onkels kam jeden Samstag zum Mittagessen dazu. Lebendigkeit prägte unseren Alltag.

Während häufig anfallender Familienfeiern stellte ich gemeinsam mit meinem drei Jahre älteren Cousin und meiner drei Jahre jüngeren Schwester so manchen Unsinn an: Wir spielten Friseur und kreierte neue Frisuren, die wir an meiner Schwester ausprobieren. Wir waren Geheimagenten, Chemiker und Erfinder. Wir testeten, wie viel der Puppenwagen tatsächlich aushalten würde,

indem wir meine Schwester hineinsetzten und sie einen Berg hinunterrollen ließen. Noch heute bin ich dankbar, dass am Ende der Straße eine Kurve kam, in der der Puppenwagen umkippte, ansonsten wäre meine Schwester auf einer viel befahrenen Kreuzung gelandet. Da sie die Jüngste in unserem Trio war, hatte sie einiges auszuhalten, um dabei sein zu dürfen.

Im Winter gingen wir Schlittenfahren, bis uns beinahe die Füße abfroren, bauten Schneemänner, seiften uns gegenseitig ein, lieferten uns wilde Schneeballschlachten, malten Schneeengel in den Pulverschnee und bauten Iglus, in denen wir versuchten zu übernachten, was jedoch stets misslang, da es uns zu kalt wurde und wir „so seltsame Geräusche“ hörten.

Irgendwann war es so weit, dass ich in den Kindergarten gehen sollte. Da ich jedoch stets mit Abenteuern und anderen Abwechslungen ausgelastet war, fand ich die Idee nicht so gut. Der einzige Grund, der mich überzeugte, ab und zu dort vorbeizuschauen, war die Krone mit langen bunten Bändern, die Geburtstagskindern geschenkt wurde. Du kannst dir bestimmt vorstellen, wie enttäuscht ich war, als mir klar wurde, dass ich vor meinem Geburtstag bereits eingeschult werden sollte und somit keine Krone tragen würde.

Im Alter von fünf Jahren kam ich in die Schule. Ich war die

Jüngste der Klasse, was mir gefiel. Und weil ich stolz darauf war, ein „Viermonatskind“ zu sein, erzählte ich das allen, auch der Lehrerin. Als sie mich fragte, was ich damit meine, erklärte ich ihr, dass ich nur vier Monate im Bauch meiner Mama gewesen war. Meine Eltern hatten im April 1967 geheiratet – und ich habe im August Geburtstag: somit war ich also ein Viermonatskind. Die Lehrerin bat daraufhin meine Eltern, mit der Aufklärung zu beginnen.

Vom Unterricht habe ich nur den Sportunterricht wirklich in Erinnerung. Eine besondere Freude war es mir, an den Seilen oder die Sprossenwand hochzuklettern. Auch Ballspiele liebte ich, vor allem solche, bei denen ich meinen Körper schnell bewegen musste. Doch das besondere Highlight war der Schwimmunterricht. Da ich bereits schwimmen konnte, durfte ich im ersten Halbjahr der dritten Klasse den Frei-, Fahrten- und Jugendschwimmschein ablegen. Das war bis dato das Beste, was ich im Bezug auf das Schwimmen erleben durfte. Danach war klar: Ich werde Rettungsschwimmerin!

Die Ferien verbrachten meine Schwester und ich oft bei unseren Großeltern mütterlicherseits. Sie lebten in Bayern im wunderschönen Rothenburg ob der Tauber, eine der bekanntesten Mittelalterstädte in Deutschland. Diese Stadt bot uns eine Menge an abenteuerlichen Aktivitäten. Meine Oma arbeitete stundenweise

Hier können Sie "Mein Weg in die Freiheit" sofort kaufen und weiterlesen:

[Amazon](#)

[Apple iBookstore](#)

[buchhandel.de](#)

[ebook.de](#)

[Thalia](#)

[Weltbild](#)

Viel Spaß!