

„Bournout – mein Weg ins Glück“

Junge Frau nimmt das eigene Schicksal in ihre Hände und hilft anderen Menschen

Waren. Was veranlasst eine junge Frau, über ihre bisherige Lebensgeschichte unter dem Titel „Burnout – Mein Weg ins Glück“ zu erzählen? Burnout kommt aus dem Englischen, bedeutet so viel wie „ausbrennen“, steht für eine tiefe Krise, kann zu völliger Arbeitsunfähigkeit oder sogar zum Selbstmord führen. Was also kann dieser Begriff mit Glück zu tun haben? Daniela Hager, die junge Frau, erzählt: „Mein Leben begann in Waren (Müritz), wo ich 1981 geboren wurde. Nach Abitur und Studium an der Berufsakademie in Berlin zur Diplom-Betriebswirtin führte mich mein Weg als frisch gebackene Diplom-Betriebswirtin nach Leipzig. Dort arbeitete ich mehr als zehn Jahre im Marketing eines großen Einkaufszentrums.“ Sie war ein „Workaholic“, blickt Daniela Hager heute zurück. Für sie gab es neben der Arbeit kaum andere Interessen. Aber sie hat ihre Arbeit geliebt, hatte keine Familie, die sie vielleicht auf den Erdboden zurückgeholt hätte. „Höher, schneller, weiter, erfolgreich sein, Gas geben, Streben nach Anerkennung – all das brachte mich im Jahr 2010 zum Nervenzusammenbruch, Diagnose Burnout. Ein langer Leidensweg begann“, berichtet sie weiter, schließlich war sie anderthalb Jahre krank... Zahlreiche körperliche Beschwerden wie zum Beispiel Migräne, Rückenschmerzen und Asthma hatten sich neben der Depression in ihr Leben geschlichen. Sie lernte viele Ärzte, Therapeuten und Psychologen kennen.

Aber wie fand die junge Frau in den Dreißigern tatsächlich heraus aus diesem tiefen Loch zurück ins Leben? Eher durch einen Zufall, ihre Mutter Ilona Hager, die durch Kollegen darauf aufmerksam gemacht wurde, gab ihr den erlösenden Rat: „Erst nachdem ich die Bioenergetischen Meditation nach Viktor Philippi kennengelernt hatte, begann sich etwas in meinem Leben zum Positiven zu verändern. Ich begriff: ich muss für mich Verantwortung übernehmen, Tabletten sind nicht die Lösung“, erzählt Daniela Hager. Der Eindruck dieser Meditation auf sie war so stark, dass sie sich entschloss, 2011 die Ausbildung zum „Bioenergetiker Extrasens“ an der Forschungs- und Lehrakademie für Bioenergetik und Bioinformatik in Taubenheim bei Bautzen aufzunehmen. „Seit dieser Ausbildung konnte ich nicht nur mein Leben wieder ordnen und Heilung erfahren“, berichtet Daniela Hager. Zudem sah sie es als große Chance, sich in der Schweiz zum systemischen Coach, Berater und zum Gesundheitstrainer ausbilden zu lassen. Schließlich kehrte sie aus Leipzig zurück in ihre mecklenburgische Heimat, weil sie schwanger war. Sie hatte zwar sehr gutes Geld in Sachsen verdient – aber zu welchem Preis! „Nach der Elternzeit stand die Frage: Was mache ich jetzt?“, drehte sich die Lebensuhr weiter. Sie wusste, dass es viele Menschen auch in Waren und Umgebung gibt, die unter Erschöpfung



Daniela Hager hat ihre Praxis im Existenzgründerzentrum in Waren-West in der Warendorfer Straße 20 eingerichtet. Foto: Hartmut Nieswandt

bis hin zum Burnout leiden. Konnte dieses Wissen, ihr eigenes Erleben, ihre neue Ausbildung Grundlage dafür sein, sich selbstständig zu machen, das Leben auf ein ganz andere wirtschaftliche Grundlage zu stellen? Daniela Hager traute sich im September 2015 diesen Schritt zu gehen, fand geeignete Räume im Warener Existenzgründerzentrum in der Warendorfer Straße. Und es funktioniert, so viel kann Daniela Hager nach drei Jahren sagen: „Ich fühle mich sehr gut, ich bin selig, ich kann von meiner neuen Arbeit als Gesundheitsberaterin und Selbstheilungsaktivistin auskommen. Denn ich kann meine Klienten auf ihrem Weg zu Gesundheit und innerer Harmonie sehr gut verstehen, weil ich das selbst auch alles erlebt und erfahren habe.“ Die Dankbarkeit ist ihr dabei ein wichtiges Thema, um selbst ruhiger und zufriedener zu werden und das auch den Menschen zu vermitteln, die zu ihr kommen. „Nicht die Glücklichen sind dankbar, es sind die Dankbaren, die glücklich sind.“ Diese Worte von Francis Bacon sind ihr Leitspruch geworden. Mittlerweile arbeitet sie auch für Kinder, weil der Leistungsdruck bereits in Kita und Grundschule anfängt. Wer sich für die Arbeit von Daniela Hager interessiert, kann sie unter 039931 542030 oder 0151 59438455 anrufen, eMail: info@selbstheilungsaktivist.de, weitere Informationen: www.selbstheilungsaktivist.de **Hartmut Nieswandt**

Konzert

Röbel. Das Potsdamer Duo „La Sonnerie“ gastiert am 27. Juli um 19.30 Uhr in der Marienkirche Röbel mit dem Konzert „Belvedere – Musikalische Landschaften“. Es musizieren Hannes Immelmann (Flöte) und Christine Kessler (Cembalo).

Orgel live

Malchow. Musikfreunde können wieder an jedem Sonntag um 11.30 Uhr (bis Ende September) den Klängen der Museumsorgeln in der Klosterkirche lauschen. Donnerstags um 12 Uhr bietet „Orgel live“ immer ein musikalisches Kurzporträt.

Antik- und Trödelmarkt

Waren. Wer gern stöbert und nach seltenen Dingen Ausschau hält, ist hier richtig: Am 28. und 29. Juli findet im Warener Bürgersaal jeweils von 10 bis 18 Uhr wieder der Antik-, Trödel- und Sammlermarkt statt. Alter Schmuck und Uhren, Porzellan bekannter Manufakturen, Silber, Gemäl-

de verschiedener Epochen, Puppen und Spielzeug, aber auch Trödel und Gebraucht gibt es. Das Angebot für Speziessammler umfasst Postkarten, Geldscheine, alte Münzen, Briefmarken und philatelistische Belege sowie Kataloge, Alben und Schutzhüllen. Fachleute stehen zur Verfügung.

„Heiter bis wolkig“ - und farbenfroh

Heike Seemann stellt Bilder in der Nossentiner Kirche aus

Nossentin. Die Bilder gefallen. Es sind farbenfrohe mecklenburgische Landschaften, beim Frühlingserwachen, mit einem Bienenwagen, der Honig verspricht, ein Rapsfeld gewinnt gegen das Grau des Himmels, eine Gewitterstimmung... „Heiter bis wolkig“ hat Heike Seemann ihre Exposition in der Nossentiner Kunst- und Kinokirche genannt, die noch bis 30. August zu sehen ist. Zur Ausstellungseröffnung am 8. Juli waren über einhundert Besucher gekommen, allein das zeigte schon das große Interesse für die Arbeiten von Hei-

ke Seemann. Die Laudatio zur Eröffnung hielt der bekannte Maler und Grafiker Siegfried Besser aus Marxhagen, der auch den Warener Zirkel leitet, in dem Heike Seemann seit 1987 Mitglied ist. Die talentierte Veranstaltungs-Chefin und Event-Managerin vom Bürgersaal Waren war schon auf etlichen Ausstellungen vertreten. Geöffnet ist die Exposition in den Monaten Juli und August jeweils bis sonntags montags von 13 bis 16 Uhr und vor und nach den jeweiligen Veranstaltungen der Kunst- und Kinokirche. **hw**



„Das Frühlingserwachen“ zieht den Betrachter wohl in seinen Bann. Foto: Helga Wagner



Wanderung mit Hunden

Alt Schwerin. „Jeden letzten Sonntag im Monat sind wir mit unseren Hunden in der schönen Natur Mecklenburgs unterwegs“, erzählt die Hohen Wangelineer Hundefreundin Petra Liebich, die diese Hundewanderungen erfand und die jetzt zur 6. einlädt. Dieses Mal treffen sich die Wanderer am 29. Juli um 13 Uhr am „Dör-

pladen“ in Alt Schwerin. Die Route führt am Ufer des Tauchowsees unter uralten Eichen und Buchen entlang bis nach Jürgenshof. Unterwegs gibt es auch die Möglichkeit, die Hunde baden zu lassen. Von Jürgenshof geht es entlang des Plauer Sees bis zum Fischer in Wendorf. Dort werden die Wanderer bereits erwartet und es gibt

eine kleine Stärkung. Zurück geht es dann unter der uralten Kastanienallee bis nach Alt Schwerin. „Mitmachen kann jeder, der Hunde und die Natur liebt. Neue Hundefreunde sind immer gern willkommen“, lädt Petra Liebich ein. Sollte es Fragen geben, erreicht man sie unter 0152 02069235.