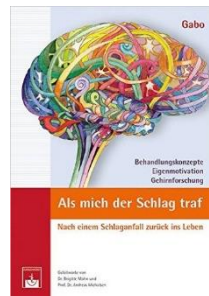


Buchrezension

Als mich der Schlag traf

„Wege entstehen dadurch, dass man sie geht“ – dieser Satz von Franz Kafka ist Leitmotiv der Künstlerin und Kunsttherapeutin Gabo. Sie hat einen Schlaganfall erlitten, über ihren Weg zurück ins Leben ein Buch verfasst und selbst illustriert. Unter dem Titel „Als mich der Schlag traf“ ist jetzt eine zweite, vollständig überarbeitete und erweiterte Auflage erschienen.



Schon mit der Erstauflage hat es die Autorin geschafft, ihre Leser mitzunehmen und zu motivieren. Das Buch lebt auch von Gabos ausdrucksstarken, farbenfrohen und motivierenden Bildern. Die Symptome erhalten ein Gesicht und ein Gefühl – so beschreibt es Dr. Brigitte Mohn in ihrem Geleitwort. Kurze, prägnante und sehr informative Texte lassen den Leser das Durchlebte nachempfinden. Betroffene fühlen sich verstanden, Außenstehende können nachempfinden, was die kranke Partnerin oder der Freund nach einem Schlaganfall durchmacht.

Gabo schreibt, was ihr nach dem Schlaganfall geholfen hat – das Spektrum hat sich seit der ersten Auflage erheblich erweitert. Hieß der Untertitel der ersten Auflage aus dem Jahr 2011 „Das erste Jahr nach einem Schlaganfall“, so hat Gabo ihn nun verändert: „Nach einem Schlaganfall zurück ins Leben“. Nach dem Kampf im ersten Jahr hat Gabo nach vier weiteren Jahren die richtigen Wege für sich gefunden und lässt ihre Leser teilhaben. Hier schließt das Buch eine Lücke, wie Prof. Dr. Andreas Michalsen von der Berliner Charité im zweiten Vorwort schreibt: Denn für viele ist es schwer einzuschätzen, was man mit Therapieverfahren erreichen kann.

Gabo zeigt nicht nur etablierte Therapiemöglichkeiten auf, sondern auch Ansätze aus anderen Kulturkreisen, die sie erforscht (sie ist bis nach Indien gereist) und selbst ausprobiert hat – Alternativen, die die Einheit, von Körper, Geist und Seele berücksichtigen und fördern. Die Autorin ermutigt ihre Leser, neue Erfahrungen zu sammeln, etwa mit Ayurveda, Yoga, Traditioneller Chinesischer Medizin oder Hypnotherapie. Insgesamt standen Gabo 28 Schlaganfall-Experten als Co-Autoren zur Seite. Ein sehr empfehlenswertes, sorgfältig recherchiertes, gut strukturiertes und hilfreiches Buch.

Gabo, Naum: Als mich der Schlag traf: Nach einem Schlaganfall zurück ins Leben, 200 Seiten, Januar 2015, Zuckschwerdt-Verlag, Taschenbuch ISBN 978-3863711481, 19,95 Euro, eBook: ASIN B018W9H4B8, 16,99 Euro



STIFTUNG
DEUTSCHE
SCHLAGANFALL
HILFE

Stiftung Deutsche Schlaganfall-Hilfe
Schulstraße 22, 33111 Gütersloh

Service- und Beratungszentrum

Telefon: 05241 9770-0

Telefax: 05241 9770-777

E-Mail: info@schlaganfall-hilfe.de

Internet: schlaganfall-hilfe.de



facebook.com/SchlaganfallHilfe



Spendenkonto

Sparkasse Gütersloh

IBAN: DE80 4785 0065 0000 0000 50