

Zita Kappler

LESEPROBE



nach einem langen, bunten
und verrückten Leben



Alles ist gut

**nach einem langen, bunten und verrückten
Leben**

Zita Kappler mit Cornelia von Schelling

SAN ESPRIT VERLAG

Erstausgabe 2021

Zita Kappler „Alles ist gut – nach einem langen, bunten und verrückten Leben“

Bildnachweis: Alle in diesem Buch verwendeten Fotos stammen aus dem Privatbesitz von Zita Kappler und deren Familie Annette Müller und Anya Gwenn Müller mit allen Rechten.

Fotos Seiten 13 und Umschlag: ® Orhidea Briegel

Besuchen Sie uns im Internet: www.san-esprit-verlag.de

® SAN ESPRIT VERLAG 2021

Alle Rechte vorbehalten

Umschlaggestaltung: Zita Kappler, Christian Schulz

Buchsatz: Satz: BEHNISCHDESIGN, www.behnischdesign.de

ISBN 978-3-943099-40-9

Vielleicht ist es mir ja gelungen, jetzt mit meinen 94 Lebensjahren etwas aus meinem Fluss des Lebens herausgefischt zu haben, das den Menschen für ihr Leben dienlich sein kann.

Zita Kappler

INHALT

Vorwort von Corinna Gessner	7
Vorwort von Annette Müller	10
Meine Geburt, meine schrecklich schöne Kindheit und Kriegsbeginn.	14
Mitten in den Wirren des Krieges	32
Kriegsende und rasanter Wiederaufbau	48
Rolle vorwärts: Reise in die USA – Anya wartet schon auf uns.	74
Rolle Rückwärts: Der tödliche Autounfall, mein Leben als Witwe und ein neuer Mann: Emil	88
Heirat und die Geburt meiner Tochter	122
Meine Drei-Tage-Ehe	128
Mit Hans in den Ashram nach Indien	131
Knochenbrüche, mehrere Operationen und die leidigen Folgen	148
Nachwort von Annette Bokpe	163
Weitere Literatur	190

Vorwort von Corinna Gessner

Alles ist gut

Es ist mir eine große Ehre und Freude das Vorwort zu Zitas Autobiografie schreiben zu dürfen. Zugleich ist es beglückend und fesselnd an Zitas Lebenserfahrungen teilzuhaben und zu sehen wie sie ihr Leben mit seinen verschlungenen und sehr speziellen Schicksalswegen und Schicksalsschlägen gemeistert hat und welche wunderbaren Früchte sie daraus hervorgebracht hat.

Als homöopathische Ärztin habe ich bei der ausführlichen Anamneseerhebung, d.h. dem Erfragen der biografischen Geschichte meiner Patienten immer wieder feststellen dürfen, wie sehr eindrückliche und/oder einschneidende Erlebnisse und Ereignisse in ihrem Leben ihre Gesundheit beeinflusst haben. Relativ früh mit etwa 15 Jahren hatte ich beschlossen, Ärztin und Hirnforscherin zu werden, weil ich fasziniert war von biologischen und biochemischen Vorgängen im menschlichen Körper und weil ich ergründen wollte, wie das menschliche Denken funktioniert. Als junger Mensch mit spirituellen Erfahrungen und mit Fragen nach dem eigentlichen Sinn des Lebens war mir klar, dass Seele, Geist und Materie sich wechselseitig beeinflussen. Ich war bestrebt, diese Zusammenhänge und Interaktionen zu erforschen, zu erkennen und zu verstehen.

Goethes Faust war damals eine meiner Lieblingslektüren: „...dass ich erkenne was die Welt im Innersten zusammen hält, schau alle Wirkenskraft und Samen, und tu´ nicht mehr in Worten kramen...“ (Faust Monolog).

Mir ging es dann am Ende des Medizinstudiums wie Goethes Faust: Da stand ich nun ich armer Tor und war so klug als wie zuvor.

Die Frage warum ein Mensch krank wird oder viel mehr, was einen Menschen gesund erhält oder heil werden lässt, wurde mir

im universitären Medizinstudium nicht beantwortet. Doch glücklicherweise befasste ich mich bereits während meines Studiums auch mit außeruniversitären Therapieverfahren, u.a. intensiv mit der klassischen Homöopathie. Der Homöopathie haben meine Patienten und ich viele wunderbare Heilungen zu verdanken. In Praxen und Kliniken wandte ich die Homöopathie erfolgreich an. Doch immer wieder stieß ich auch an Grenzen, wo weder die leitlinienorientierte Schulmedizin, noch die Homöopathie, noch die Spagyrik, Orthomolekularmedizin oder Hypnose nachhaltig helfen konnten. Nach über 30 Jahren ärztlich-therapeutischer Erfahrung suchte ich weiter nach einer einfacheren und doch wirkungsvollen Heilmethode.

Während ich noch als Klinikärztin mit chronischen Schmerzpatienten arbeitete, kam ich in Kontakt mit der École San Esprit in der neben Annette/Neti eine außergewöhnliche, faszinierende, über 90-jährige Dame, nämlich ihre Mutter Zita, auf wunderbare Art und Weise Schülerinnen und Schüler im geistigen Heilen unterrichtete. Bei ihnen lernte und erfuhr ich, wie wir andere Lebewesen Kraft unseres Geistes durch unsere Intention und mittels göttlicher Gnade heilen können. Echtes Heilen bedeutet ausnahmslos immer, den Selbstheilungskräften (= Fausts Wirkenskraft) des zu behandelnden Lebewesens einen oder mehrere stärkende oder Blockaden lösende Impulse zu geben, sodass die Selbstheilungskräfte in der Lage sind das gestörte System wieder in die ursprünglich, göttlich Ordnung zu bringen oder anders ausgedrückt: der gestörte Energiefluss des Lebewesens wieder harmonisch fließen kann.

In der École San Esprit fand ich dank Zitas und Netis Worten und Wirken wichtige Antworten auf meine früheren Fragen von vor zum Teil über vier Jahrzehnten. Es fügten sich mir wichtige Erkenntnis-Bausteine über das Zusammenspiel von Seele, Geist und Körper wie in einem Puzzle zu einem faszinierenden Gesamtbild zusammen – in einer Weise, die ich mit rein intellektuellem Denken nicht für möglich gehalten hätte.

Ich bin erfüllt von Dankbarkeit, Demut und Freude, dass ich vom Leben das Geschenk erhalten habe, Zita, diesen außergewöhnlichen Menschen kennen und lieben zu lernen und die bei ihr und ihrer Tochter erlernte Heilmethode des geistigen Heilens zum Segen möglichst vieler Lebewesen anwenden zu dürfen.

Ich wünsche mir, dass möglichst viele Menschen Zitas Lebensbuch lesen, um von ihrer Weisheit zu profitieren.

Corinna Gessner, Ärztin

Vorwort von Annette Müller

Irgendwann war klar, meine Mutter würde wohl irgendwann nicht mehr bei uns sein. Bei uns allen! Und das sind viele, viele Menschen. Noch heute, mit ihren 94 Jahren ist sie immer noch ab und zu beim Unterricht dabei und ab und zu unterrichtet sie sogar noch. Sie redet in der letzten Zeit immer öfter und eindringlicher davon, dass wir nicht der Körper sind, sondern dass wir einen Körper haben. Sie spricht eindringlich darüber, dass wir Menschen vollkommen sind und wir uns selbst als Kinder Gottes betrachten und sehen sollen. Und wenn sie redet, sind alle still. Zita ist eine viel beachtete und hoch geschätzte Persönlichkeit, die viele Menschen beeindruckt und denen sie ein Vorbild ist.

Wer ist Zita Kappler? Sie ist meine Mutter. Wer bin ich? Ich bin Annette Müller. Im Jahr 2004 hatte ich einen Autounfall mit einer Halswirbelsäulen-Verletzung die mich auf dramatische Weise in eine Abwärts-Spirale hineinkatapultierte. Meine Mutter drängte mich dazu, zum Heiler zu gehen, nachdem ich vergeblich Hilfe bei Schul- und Alternativmedizin gesucht hatte. Daraus entwickelte sich für mich, für meine Mutter, meine Tochter und für viele andere Menschen eine ganz andere Zukunft. Die Weichen wurden neu gestellt.

Nachdem ich wider Erwarten Hilfe durch Geistiges Heilen gefunden hatte und meine Gesundheit sich erholen konnte, wurde ich selbst Heilerin. Über diese aussergewöhnliche Wendung des Schicksals schreibe ich in meiner Autobiografie: „Ich geh den Weg der Wunder“. Ich schildere meine Weg zur Heilerin, zur Gründung der ersten stationären Klinik für Geistiges Heilen in Deutschland und die Gründung der Internationalen Heilerschule ÉCOLE SAN ESPRIT, die an diese Klinik angeschlossen ist. An dieser Schule unterrichtet meine Mutter wie man O-Beine und X-Beine gerade macht, wie man an einem Hallux Valgus arbeitet und sie unterrichtet auch Morphic Renaissance - das ist eine von mir entwickelte Methode um in der Zeit zurück zu reisen, vor den Zeitpunkt der Empfängnis, um

seinen vorgegeben, ererbten Weg zu verändern. Das klingt abgefahren, nicht wahr? Das ist es auch.

Zu ihrem 90. Geburtstag flog sie nach Los Angeles um bei ihrer Enkelin zu feiern. Mit 92 flog sie noch mit nach Indien um am ersten Heiler Ohne Grenzen Camp mit dabei zu sein. Ihren 93. Feierte sie mit 80 Personen in unserem nur kurz betriebenen Heiler-Zentrum in München-Schwabing. An diesem Tag hielt sie ihre sehr begehrte, geführte Chakra-Meditation ab und erntete einen riesigen Applaus dafür. Ihren 94. Geburtstag feierten wir im unvergesslichen Jahr 2020 in trauter Dreisamkeit. Sie ist geistig fit, wirkt sehr jung und attraktiv. Sie ist sehr vielen Menschen ein ganz großes Leitbild, wenn sie etwas sagt, dann hängt man an ihren Lippen, was sie sagt geht unter die Haut, oft direkt ins Herz.

Deshalb hatte ich sie gebeten uns allen, als kostbare Erinnerung, ihre Weisheiten in Form eines Buches zu widmen. Doch meine Mutter hat ihren eigenen Kopf und sie begann ihre Lebens-Geschichte auf zu schreiben, mit der Hand! Und so haben wir heute ein Werk vor uns, in dem sie uns als Zeitzeugin mit auf eine Reise in die Vergangenheit nimmt. Verpackt in diese Autobiographie ist ihre eigenen Bewusstwerdung spiritueller Lehren und Weisheiten. Die Worte „Alles ist gut“ wählte sie als Titel des Buches, weil sie diese in einer Vision sah. Während einer Meditation kamen diese Worte Buchstaben für Buchstaben aus dem Himmel auf sie zugeflogen. Das Titelbild hat sie selbst gebastelt.

Auf dem Weg meiner Genesung spielte meine Mutter eine wichtig Rolle. Ihr habe ich es zu verdanken, dass es mir heute besser denn je geht. Und sehr viele Schüler und Absolventen der Heilerschule und auch Geheilte äussern immer wieder ihren Respekt und ihre Achtung gegenüber Zita. Hier sind einige Aussagen von Schülern, Absolventen und Dozenten, die sie sehr wertschätzen: „Zita beeindruckt mich durch ihr hohes Alter. Sie wirkt zart und zerbrechlich, dennoch jugendlich, lebendig, humorvoll; fast schon übermütig. Etwas Zeitloses, Weises, Reifes scheint durch sie hindurch. Sie

nimmt teil, ist interessiert und hat ganz viel zu sagen. Um 21 Uhr ist sie noch viel fitter als ich, das ist für mich ein Wunder.“

„Sie ist eine hellwache, kritische Beobachterin, die Dinge mit Hand und Fuß, klar und deutlich auf den Punkt bringen kann.“

„Wenn sie den Raum betritt füllt sie ihn aus. Für mich hat sie eine Größe, die ich gar nicht mit Worten ausdrücken kann. Sie scheint eine endlose Kraft zu haben. Nicht nur auf der physischen Ebene, sondern auch in den anderen. Möglicherweise hat sie sich diesen Körper ausgesucht um uns allen zu zeigen was wir alles jenseits dieses materiellen Körpers vermögen. Sie bringt Inspiration in die Welt, lenkt die Menschen zu ihrer inneren Größe, also zu sich selbst und das ist es was wir gerade dringend brauchen.“

„Als ich Zita erstmals begegnet bin, war ich gleich in Resonanz. Ich spürte, diese Schule ist nicht nur eine Schule, diese Schule hat eine Seele. Mit ihrer Reinheit, Weisheit und Leichtigkeit ist sie mir ein Vorbild und ich wünsche mir, dass sie 120, besser 140 Jahre alt wird.“

„Jedesmal, wenn ich von der Ausbildung nach Hause komme, rufe ich meine Eltern an und erzähle ihnen. Insbesondere von Zita. Ich kenne keinen anderen Menschen in diesem hohen Alter, der aus dem Stegreif einen klaren, strukturierten Vortrag von fast zwei Stunden halten kann, der alle in den Bann schlägt. Alle sind mucks-mäuschen still, lauschen und staunen.“

„Ich war 2018 mit Zita in Indien und war sehr beeindruckt von der Art und Weise, wie sie mit allem was dort geschehen ist umgegangen ist. Ich würde auch sehr gerne in dieser Größe so alt werden.“

„Ich habe Zita auf den Heilertage im Chiemgau erstmals kennengelernt. Ich wusste von Fotos, das ist die Mutter von Annette Müller. Ihre Ausstrahlung war so stark, dass ich sogar Herzklopfen hatte. Im Unterricht war sie streng und diszipliniert. Ich hatte das große

Glück viele tiefe, persönliche Gespräche mit ihr zu führen und mein Eindruck ist, dass sie die Verbindung im Hier und Jetzt zur Geistigen Welt verkörpert.”

Und mit diesem Vorwort sage ich Danke an meine Mutter, der ich tatsächlich zwei Leben zu verdanken habe.

Annette Müller



Annette Müller und mit Mutter Zita Kappler

Meine Geburt, meine schrecklich schöne Kindheit und Kriegsbeginn.

Wiederholt wurde ich von meiner Tochter gebeten, meine Lebensgeschichte aufzuschreiben. Auch Freunde wandten sich an mich: 90 Jahre selbst erlebte Zeitgeschichte – das müsse ich erzählen, denn wer könne das heute noch authentisch vermitteln? Nur noch sehr wenige Menschen!

Irgendwann griff ich zum Telefon und rief meine Enkeltochter Anya in Amerika an. Ich wollte unbedingt von ihr wissen, wie sie, meine geliebte Enkelin, zu diesem Vorhaben stand. Interessierte sie meine Autobiografie? Zu meiner Überraschung stimmte sie dem Buchprojekt sofort begeistert zu. Zum einen würde es ihre nunmehr fast dreißigjährige Neugierde befriedigen – endlich schildert ihre Großmutter eingehend ihr sehr langes, bewegtes Leben! Zum anderen überzeugte Anya die Vorstellung einer Lebensgeschichte, die weder eine gezielte Absicht verfolgte und noch mit einer politischen Motivation verbunden war.

Auf meine Frage, „Und wie mache ich das?“ kam von ihr die spontane Antwort: „Schreibe einfach, setze Buchstabe für Buchstabe.“



Buchstabe für Buchstabe - ein mit der Hand geschriebenes Buch

Kaum gesagt, mussten wir beide sehr lachen, ich glaube unser Lachanfall dauerte ganze fünf Minuten - sie am Telefon in den USA, ich in München. Wir stellten im selben Moment etwa dieselbe Frage: Wie groß muss die Schlange der Erinnerungen wohl sein, die aus eigenem Impuls, aus der Quelle der schöpferischen Energie Buchstaben formt und diese dann zu Wörtern und Bildern zusammenfügt? Wie groß die Kraft der Rückschau, die dank ihrer Macht, Tag und Nacht mein Leben formen und bestimmen wird? Wie dick mag wohl das Knäuel meines Lebensfadens sein, den ich mir gewickelt habe im Laufe meiner heute 94 Jahre, Buchstabe für Buchstabe? Und ja, sie hat recht. Jede Reise beginnt mit dem ersten Schritt.

Eigentlich gehe nicht gerne in die Vergangenheit zurück. Vieles habe ich vergessen oder verdrängt, vieles interessiert mich überhaupt nicht mehr und doch gehört alles, was ich erlebt und erfahren habe, zu meinem Leben und hat mich geprägt. Ich habe gelernt, dass Vergangenheit sich weder verleugnen noch verändern lässt. Tränen der Reue kann man wegwischen, doch der Schmerz bleibt tief im Inneren verankert. Auch Verzeihen kann eine Tat nicht verändern oder besser machen, Geschehenes ist geschehen.

Vor dem Hintergrund dieser Erkenntnis, mache ich jetzt auf vielseitigen Wunsch hin, eine mächtige Rolle rückwärts und beginne.



Meine leiblichen Eltern

Es war der 15. November 1926, als man in Köln Lindenthal eine Frau in die Frauenklinik einlieferte. Sie stand kurz vor der Entbindung, sie blutete, weinte und schrie. Ihr Zustand war so schlimm, dass man sie schnellstens in die Not-OP brachte, um sofort einen Kaiserschnitt durchzuführen.

Noch bevor die Narkosemaske, die damals für Ätherbetäubung üblich war, über ihr Gesicht gestülpt wurde, sagt sie: „Es wird ein Mädchen, gebt ihr den Namen Zita“.

Ja, es war tatsächlich ein Mädchen, das operativ aus dem Bauch der Mutter herausgeholt wurde und das nun, anstelle ihrer Mama, in die neue Welt hinein schrie, in die sie gerade geboren wurde. UND DAS WAR ICH, ZITA.

Doch es gab keine Mama, in deren Arm ich gelegt wurde. Keine Mama, die mich nach den überstandenen Strapazen liebevoll angelächelt hätte, denn meine Mama war schon während der OP verstorben. Weg, einfach weg. Und mein Vater war nicht da, als ich geboren wurde, weil er als Berufsjockey genau an diesem Tag an einem Rennen in einer anderen Stadt teilzunehmen musste.

In Windeln und Decken gepackt, blieb ich in der Klinik, bis mich meine Oma und eine Schwester meines Vaters abholten. Sie wurden per Telegramm von meinem Vater aus Frankfurt am Main herbeigerufen. Man hatte schon am Tag meiner Geburt eine Nottaufer gemacht. Meine Mutter wurde sehr schnell danach beerdigt.

Mit mir im Gepäck fuhren Oma und Tante mit dem Zug zurück nach Frankfurt am Main. Meine Oma erzählte mir gerne die Geschichte, was geschah, als sie mit mir in Frankfurt angekommen waren. Damals war es üblich, dass auf den Bahnsteigen die Gepäckträger standen. Sie waren den Reisenden beim Einsteigen und Aussteigen behilflich, indem sie selbst in die Waggonen stiegen und dort mit anfassten. Einer der Gepäckträger war besonders emsig dabei, Gepäck aus dem Fenster zu werfen. Ein Gepäckstück konnte Oma gerade

noch rechtzeitig aus seinen Armen retten – dieses Gepäckstück war ich, das Baby Zita.



Meine Mutter, die bei meiner Geburt starb

A. Nippel d. 23 Mai. 1926

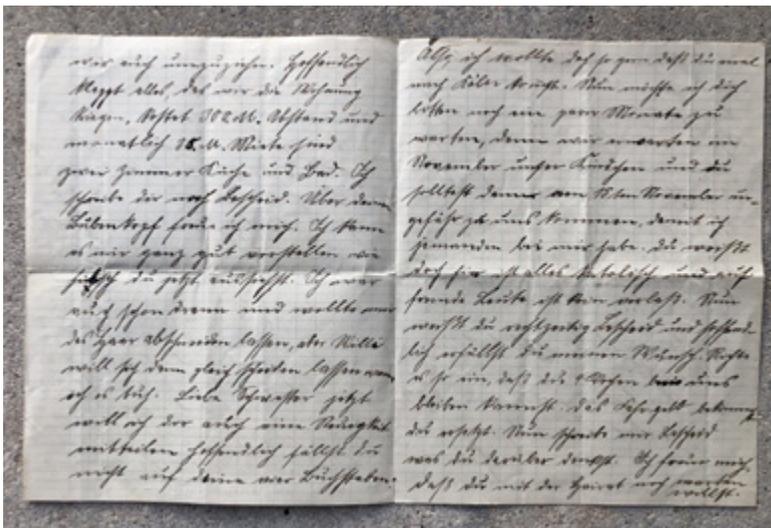
Liebe Schwester!

Wieder Dank für deinen l. Brief
er kam gerade an meinem Geburtstag
an und die Karte wurde am selben
Tage. Was du mir im Brief
schreibst, ist sehr interessant, also
wird mich die wieder ein-
zusehen. Dann viel Wagnungen!
aber du wirst mich gleich deine
meine Waffe von Garmisch
mitbringen damit ich jederzeit
an dir schreiben kann. Ich sollte
wieder mal der Kunstförderer Gesellschaft
Mitglied sein. Es wäre schön, aber wohl
durcheinander. Ein Gruß danken
der letzte Brief meiner Mutter

Seite 1 aus dem letzten Brief meiner Mutter an ihre Schwester

Vor dem Frankfurter Hauptbahnhof stand eine einspännige Kutsche, die uns drei mit allem Drum und Dran ins Haus meiner Familie kutscherte. Die Kutsche gehörte meinen Großeltern. Sie besaßen nicht sehr weit vom Frankfurter Hauptbahnhof, nahe der Galluswarte, ein

großes Mehrfamilienhaus mit Hof und Hinterhaus. Im Hinterhaus hatten zwei Pferde samt Kutschen ihren Stallplatz, darüber wohnte das Dienstpersonal. Oma und Opa, die aus Oberbayern stammten, betrieben im Erdgeschoss des Vorderhauses eine größere Gaststätte, damals nannte man das eine Wirtschaft. Meine Oma sorgte als ausgebildete Köchin dafür, dass in ihrem Hause gute, deftige und reichliche Hausmannskost auf den Tisch kam, wovon die Arbeiter aus den gegenüberliegenden Adlerwerken besonders profitierten. In den Adlerwerken wurden Fahrräder, Kraftfahrzeuge und Büromaschinen hergestellt. In der Wirtschaft gab es außerdem einen Billardraum, wo auch Kartenturniere gespielt wurden sowie einen weiteren Raum für Hochzeiten und Vereinsfeiern. Die Toiletten des Gasthauses befanden sich im Hinterhaus, die Toiletten, die zu den Wohnungen gehörten, im Treppenhaus. Es gab fließendes Wasser aus dem Hahn, und jeder Raum wurde mit einem Kohleofen beheizt.



Das also war das Elternhaus meines Vaters. Er blieb aber in Köln, gab jedoch dort seine eigene Wohnung auf und zog zu seinem Hosenschneider in Untermiete. Ein Jahr später heiratete er dessen Tochter. Sie war erst 17, er 35.

dein Mütterchen wird dich sicher so lange
vermissen. Nicht, wenn du nach Württem-
bergen kommst, besuche einen Pfaffen Grotz.
Schreibe mir auch, ob die Elternjunge
haben. Und wie es Eltern noch geht
(den Eltern natürlich).
Doch geht es mich gesundheitslich noch
gut. Willst du heute und morgen
zum Rausen. Ich bin im Winter
viel allein.
Schreibe mir bitte recht bald
Nachricht.
Ganz lieben Gruß und Küß
sendet deine Schwester
Helena.

Seite 4 des letzten Briefes meiner Mutter

Zur Begrüßung des jüngsten Familienmitgliedes, das gerade mal einige Tage alt war, erschien neben Opa und seine jüngste Tochter, Tante Else, eine sehr schöne schillernde Persönlichkeit. Sie hatte Gesang und Schauspiel studiert, gastierte in Frankfurt, Berlin und

Wien. Sie war mit einem jüdischen Weißwaren-Großhändler verheiratet. Das Ehepaar wohnte am Frankfurter Börsenplatz in einer riesigen Wohnung, wo auch gesellschaftliche Treffen stattfanden mit Musik und Gesang.

Nun mehr zu meinem Opa, ein ehemals preußischer Berufssoldat: Er sah aus wie Kaiser Wilhelm II. Spätere Fotovergleiche bestätigen das. Er hieß sogar Wilhelm. Er stammte aus Berlin, wo seine Eltern ein Hotel führten. Wie er nach Frankfurt kam, hat mir niemand erzählt. Überhaupt wurden wenige Fragen gestellt in dieser Familie. Nur das weiß ich: In Berlin traf er eine gelernte Köchin, bewunderte ihre enormen Kochkünste und verliebte sich in diese Frau – meine Oma. Nach dem Ende seiner Dienstzeit heiratete er sie, um sich dann mit ihr selbständig zu machen. Erst in Berlin, dann in Frankfurt am Main.

Meine Oma hatte das Recht, im Haus zu herrschen und den Kochlöffel zu schwingen, das hieß damit zu dirigieren. Als Kind erlebte ich einmal, dass sie den Kochlöffel sogar gegen Opa erhob und auf ihn eindrosch. So war das! Es war damals vieles anders als heutzutage – die allgemeinen Gepflogenheiten unterschieden sich sehr von den jetzigen.

Die üblichen Kernsprüche meines Opas lauteten: „Das ist nun mal so“, „Man macht das so“, „Bei uns gibt’s das nicht!“

Niemand stellte sein rigores Auftreten infrage, denn die anderen Menschen waren selbst mit solchen Grundsätzen aufgewachsen.

Opa träumte von einem großen internationalen Hotel. Doch am Ende hatte er Jahre später ein kleines Hotel in Frankfurt, am Zoo.

Opas erstgeborener Sohn, mein Onkel Otto, der in Frankfurt im Hotel Frankfurter Hof Hotelfach gelernt hatte, traf dort eine amerikanische Familie, die sich mit ihm anfreundete und ihn nach Amerika mitnahm. Zur Enttäuschung meines Opas, kam sein Sohn nicht wieder nach Deutschland zurück.

Der zweite Sohn, mein Vater, stand total unter Opas Fuchtel, bis er seinen Mut zusammenraffte und darauf bestand, einen eigenen Beruf zu erlernen. Er besaß ein besonderes Talent, mit Pferden umzugehen. Damals wurden sämtliche Waren und Gebrauchsgüter noch in Pferdewagen transportiert. Die Aufgabe meines Vaters war es, sich um Opas zwei Pferde zu kümmern und Güter in Opas Kutschen zu befördern. Doch dann gab es den entscheidenden Wechsel in seiner Berufslaufbahn – mein Vater wurde Rennjockey im Frankfurter Gestüt „Von Weinberg“.

Nun wollte Opa keine Pferde mehr haben. Er kaufte sich eines der ersten Autos, die in Frankfurt von einer Privatperson gefahren wurden. Von da an soll er mehr unterwegs als zuhause gewesen sein.



Mein Vater gewinnt das Rennen auf der heiligen Johanna am 29. Juni 1930

Nach den beiden Söhnen bekamen Opa und Oma noch zwei Töchter – Tante Alwine und Tante Else. Tante Alwine musste für Oma schon in jungen Jahren den Geschäftsbetrieb schmeißen. Sie war diejenige, die mich in Köln als Neugeborene von der Frauenklinik abholte. Ihr Mann, Onkel Karl, war Bankbeamter und Prokurist an der Frankfurter Bank. Er managte für die Familie alles, was mit Geld und Geschäften zu tun hatte.

Tante Else, das Nesthäkchen, wurde verzärtelt und verwöhnt, sie wuchs zu einer glamourösen Persönlichkeit heran, selbst Opa verhätschelte sie und gestattete sogar, dass sie in Frankfurt am Theater Gesang und Schauspiel studiert. Überdies finanzierte er ihr eine Reise zu ihrem Bruder Otto nach Amerika.

Zurück zu mir. Die kleine Zita war auf der Welt, und was nun? Nach einigen Überlegungen beschloss der Familienclan, dass ich bei Tante Alwine und Onkel Karl bleiben sollte. Sie wohnten auf der anderen Seite des Mains im Stadtteil Niederrad. Dort hatte man vor gar nicht langer Zeit eine hochmoderne Wohnanlage im Bauhaus-Stil gebaut. Alwine und Onkel Karl gehörten zu den Erstbeziehern.



Bauhaus-Siedlung in Frankfurt Niederrad

Diese Siedlung gibt es noch immer. Sie wurde im Krieg nicht beschädigt, die Mieter gehörten vorwiegend dem gehobenen Mittelstand an. Mich begeistert heute noch, was die Bauhaus Architektur damals auf die Beine stellte und kann gar nicht verstehen, warum man heutzutage so nicht mehr baut.



Das bin ich mit meinem Papa in Frankfurt-Niederrad

Die Wohnungen bestanden aus 2 ½ Zimmern mit Bad, Toilette, kompletter Einbauküche, hatten fließend Warm- und Kaltwasser, Dampfzentralheizung, Flurgarderobe, Keller mit Abstellraum für

Fahrräder und jeweils eine eigene Dachkammer. Das Dach selbst war ein Flachdach für alle Bewohner als Dachterrasse benutzbar. Es gab zudem eine sehr große Gemeinschaftswaschküche, und jedem Haus standen zwei moderne Waschmaschinen zur Verfügung. Die Wäsche wurde auf in der Wand versenkbaren Stangen aufgehängt und dann mittels Heißluft getrocknet. Man konnte in der Waschküche auch mangeln. All dies war eine große Errungenschaft, denn zu der Zeit wuschen viele Menschen ihre Wäsche noch per Hand im Fluss, im Main, vor allem die Bewohner der Altsiedlung.

In dem Häuserblock, in dem die Verwaltung ihre Büros hatte, gab es eine Apotheke mit einer Erste-Hilfe-Station und einen Kindergarten, in dem die Frauen, während sie mit dem Wäschewaschen beschäftigt waren, ihre Kleinkinder abgeben konnten. Dann gab es dort auch Metzger und Bäcker, Läden, die Obst und Gemüse verkauften, einen Käseladen, der auch Butter und Eier im Angebot hatte. Wie gesagt, ich bin heute noch davon begeistert.

Besonders bemerkenswert: In jeder Wohnung befand sich ein Radio, das auch Mitteilungen der Verwaltung und sogar Suchmeldungen durchgab, wenn etwa ein Kind nicht rechtzeitig nach Hause kam. Mich hat man des Öfteren rufen müssen, denn ich besuchte gern andere Leute in ihrer Wohnung und vergaß dabei die Zeit.

Jeder kannte jeden in unserer Siedlung, so war ich bald als die kleine Ausreißerin bekannt.

Mein Onkel und meine Tante hatten mich liebevoll aufgenommen, sie waren für mich Papa und Mama, dass sie nicht meine richtigen Eltern waren, wusste ich natürlich nicht. Nach zwei Jahren adoptierten sie mich, und damit war ich auch rechtlich ihr Kind und erhielt ihren Familiennamen. Offiziell war mein Vater nun nicht mehr mein Vater, es war so, als sei er gestorben. Besuchte er uns, - das kam vor, wenn er in Frankfurt an einem Pferderennen teilnahm - dann war er ein Onkel für mich.



Tante Else, mein Onkel (mein richtiger Vater) ganz rechts und seine Schwester (meine Mutter) in der Mitte

Wenn ich zurückblicke, dann muss ich sagen, hatte ich doch eine recht schöne Kindheit. Alle verwöhnten mich, ich wurde verhätschelt und verzärtelt. Besonders die kinderlose Tante Else, - wie schon erwähnt, die jüngste und schillerndste Tochter meines Großvaters - machte aus mir gern ein Modepüppchen, das sich allerdings gerne schmutzig machte, vor allem wenn es in Wasserpfützen nach Würmern und Käfern suchte.

Als kleines Mädchen bekam ich alle Kinderkrankheiten, die es damals gab – mit Masern und Scharlach musste ich ins Krankenhaus. Heute noch kann ich den Schmerz spüren, der von einer doppelseitigen Mittelohr-Entzündung verursacht wurde, und die erst durch eine beidseitige Mittelohr-OP behoben werden konnte. Zuvor hatte man mir noch die Mandeln herausgeschält. Dies alles war sehr schlimm für mich, denn ich hatte unglaublich starke Schmerzen.

Die städtischen Unikliniken waren nicht weit von unserer Wohnung entfernt, zu Fuß brauchte man eine halbe Stunde bis dorthin. Ich bekam viel lieben Besuch, doch keiner konnte mich trösten und mir meine Schmerzen nehmen. Da nützten keine Bonbons, kein leckeres Eis, keine Malbücher, die mich ablenken sollten. Alles tat weh, sogar das Weinen.

Besonders schmerzhaft war der Verbandswechsel nach der Mittelohr-OP. Wenn ich in mich hinein spüre, kann ich heute noch die Schmerzen fühlen, die ich erlitt, wenn die Gaze-Streifen hinter den Ohren herausgezogen und durch neue ersetzt wurden.

Dieser operative Eingriff führte dazu, dass ich später vom Schwimmunterricht befreit wurde. In meinem Schulentlassungszeugnis sollte später stehen: 'Zita ist Nichtschwimmerin'. Nicht zuletzt ersparte mir die Operation später so manche, wie ich meine, echt verdiente Ohrfeige sowie auch Schläge. Damals war Prügeln noch nicht verpönt, selbst in der Schule war es erlaubt.

Im Kindergarten hatte ich einmal ein Kind verprügelt. Was daraus folgte, werde ich niemals vergessen. Die Mutter und die Kindergärtnerin wiesen mich zurecht, aber dabei blieb es nicht. Und das sollte Folgen haben.

Die Mutter des Kindes machte mich herunter und sagte Dinge wie: „Dieses Mädchen ist ein Kuckucksei, wer weiß, was die sich da ins Nest geholt haben!“

Für mich war das wie ein Weltuntergang. Das Kinderfräulein, eine evangelische Nonne, hatte diese Mutter in meiner Gegenwart darüber aufgeklärt, dass ich ein adoptiertes Kind sei.

Es fiel der Satz: „Gott allein weiß, was aus der mal wird!“

Was sich in diesem Moment in mir, in meiner Kinderseele abspielte, ist kaum zu schildern. Meine Welt brach zusammen. Unerträgliche körperliche Schmerzen hatte ich schon ertragen müssen, nun ergriff mich ein unbeschreiblicher Seelenschmerz – ich sah mich gefangen in einem Netz aus Täuschung und Lügen.

‘Wer bin ich?’ Damals stellte ich mir als noch sehr kleines Kind zum ersten Mal in meinem Leben ganz bewusst diese Frage.

Fragen über Fragen: ‘Wer und wo ist mein Vater? Wer und wo ist meine Mutter? Wer weiß es?’

Voller Entsetzen rannte ich in meiner Seelennot aus dem Kindergarten, lief aber nicht nach Hause, sondern auf die andere Mainseite zu meinem Opa. Den Weg kannte ich, wir haben ihn ja sehr oft besucht. Jetzt erschien ich dort ganz alleine. Weinend und in Schweiß gebadet, kaum in der Lage zu sprechen, erzählte ich, was vorgefallen war. Meine Großeltern waren schockiert. Erstaunlicherweise war für sie am schlimmsten, dass ich alleine zu ihnen gelaufen kam. Bei meinem Opa gab es ein Telefon, so eines, das an der Wand befestigt war und ein Hörrohr hatte. Er telefonierte sogleich mit der Wohnbaugesellschaft, und diese nutzte dann die Anschlüsse zu den anderen Wohnungen und gab die Information weiter, dass ich mich bei meinen Großeltern befände. Jetzt wussten alle, dass ich wieder einmal ausgerissen war, aber, dass ich sooo weit gelaufen war, alleine über den Main - das war unfassbar! Es hagelte Vorwürfe über Vorwürfe, man warf meinen Eltern Vernachlässigung der Aufsichtspflicht vor und noch vieles mehr.

Mein Opa zog mich indessen erst einmal aus, wusch mich von oben bis unten, half mir in den Schlafanzug, der immer dort für mich bereit lag, nahm mich dann liebevoll in den Arm und steckte mich ins Bett. Das war auch gut so, denn als Papa und Mama am Abend kamen, um mich abzuholen, war auch ein Arzt anwesend. Er bestand darauf, mich ins Krankenhaus zu bringen, da ich ein hochgradiges Nervenfieber bekommen hatte, das, wie er meinte, ohne ärztliche Hilfe und Beobachtung nicht zu bewältigen sei. Die Aufregung war groß, meine Fieberphantasien ebenso. Ich halluzinierte, fand mich in verschiedenen Tiergestalten wieder, in Märchenfiguren, sah mich sogar als Jesuskind und auch als ein Engelein. In jedem dieser Wahnbilder war ich eingesperrt und fand nirgends einen Ausgang. Sieben Tage dauerte dieser Horror, und ich war sehr froh, als mich Mutti endlich mit nach Hause nehmen konnte.

Mein Kummer legte sich, es normalisierte sich alles wieder. Fast. In mir hatte sich etwas verändert. Ich schlüpfte immer mehr in die Rolle der Beobachterin. Ich glaubte nicht mehr alles, was die Menschen sagten und entwickelte eine für mich neue Eigenschaft: Ich wurde misstrauisch. Dabei musste ich erst lernen, mit meinem Misstrauen richtig umzugehen.

Mir war beispielsweise überhaupt nicht bewusst, wie sehr bestimmte Äußerungen meinerseits meine Mama verletzten, etwa wenn sie mich schimpfte und ich ihr dann ins Gesicht schleuderte: „Du hast mir gar nichts zu sagen, du bist ja nicht meine Mama!“.

Die Traurigkeit in ihren Augen nach einer solchen Kränkung berührte mich nicht im Geringsten. Eine große Gefühlskälte hatte von mir Besitz ergriffen. Erst in meinen späteren Lebensjahren konnte ich nachfühlen, wie sehr ich meine Mutter damals verletzte.

Inzwischen wusste ich ja, wer mein richtiger Vater war, und auch, dass er wieder geheiratet hatte. Mein Wunsch, ihm als Vater und nicht als Onkel zu begegnen, war so groß, dass der Familienrat beschloss, mich alleine nach Köln zu schicken. Ich wurde tatsäch-

lich in das Schaffnerabteil der Eisenbahn gesetzt, trug ein Schild um den Hals mit meinem Namen und meiner Adresse und wurde von der Bahnhofsmission betreut. In Köln holte mich meine Stiefmutter ab. Sie war eine temperamentvolle, nicht sehr große, rundgesichtige, vollbusige junge Frau mit sehr kurzen Haaren. Sie überfiel mich geradezu, redete in Kölner Dialekt auf mich ein, küsste mich ab, entfernte meine Haarschleife und erzählte, erzählte, erzählte. Ich habe nichts verstanden, nur so viel, dass mein Vater und sie sich freuten, mich zu sehen. Ich war überwältigt, vollkommen baff und eingeschüchtert.

In der Zeit, in der ich dort war, hat mein Onkel-Vater vielleicht zehn persönliche Sätze mit mir gesprochen. Er nahm mich kein einziges Mal in den Arm, ein Bussi bekam ich schon überhaupt nicht. Aber er hat mich in den Rennstall mitgenommen, mich aufs Pferd gesetzt, die Zügel in die Hand genommen und mich dann herumgeführt.

Meine Stiefmutter ging mit mir zum Grab meiner Mutter. Sie hat mir gezeigt, dass sie die Grabpflege übernommen hatte und versicherte mir, es habe nicht an ihr gelegen, dass ich in Frankfurt bei Onkel und Tante geblieben sei. Ich war knapp sechs Jahre jung, was sollte ich dazu sagen? Von meinem Vater war ich total enttäuscht, von meiner Stiefmutter komplett überfordert. Sie, eine gelernte Schneiderin, behandelte mich wie eine Puppe und nutzte die Gelegenheit, ihre Vorstellungen von Puppenkleidern umzusetzen und mich anzuziehen, wie ein Püppchen. Ich fuhr mit fünf neuen Kleidern zurück nach Frankfurt. Dieser Besuch war eine wunderbar heilsame Erfahrung für mich. Ich fühlte mich in Frankfurt wieder richtig zuhause und zufrieden und konnte nun, wie befreit, meinem ersten Schultag entgegensehen.

1933. Dieses Jahr, das Weltgeschichte schreiben sollte, war für uns Menschen, die wir in Deutschland lebten, ein Jahr, das alles auf den Kopf stellte, was unser Leben bisher ausmachte. In der Erinnerung sehe ich noch heute meine Eltern und auch deren Freunde vor dem Radio sitzen, um sich Wahldurchsagen anzuhören.

Anschließend diskutierten sie über die Ergebnisse. Adolf Hitler gewann die Wahl. Ich, als knapp 6-jähriges Mädchen, hatte keinerlei Wissen oder irgendeine Ahnung von Politik und deren Bedeutung. Meine Familie hielt das politische Geschehen weitgehend von mir fern. Ich wusste allerdings, dass mein Opa und mein Papa während des ersten Weltkriegs als Soldaten in Frankreich gewesen waren. Ich wusste ebenfalls, dass mein Papa damals verwundet worden war, dass auch mit Gas geschossen wurde und dass Franzosen mit schwarzer Haut an der Front kämpften. Sie, so die Erzählungen, hatten Messer im Mund und sie schlachteten deutsche Soldaten ab. Mir war ebenfalls bekannt, dass Opa viel, viel Geld verloren hatte und dass irgendwo weit weg deutsche Kolonien existierten, die aber jetzt nicht mehr zu Deutschland gehörten. Ich bekam ferner mit, dass es viele sehr arme Leute bei uns gab, die Hunger litten und keine Arbeit hatten. All das wusste ich, weil ich in Opas Wirtschaft den Gesprächen an den Stammtischen lauschte - nur was hatten all diese Dinge mit mir zu tun?

Ich hörte zwar all den aufgeregten Diskussionen über Hitlers Wahl zu, aber ich nahm keinerlei Anteil daran. Einmal war ein Gespräch für mich aber doch interessant: Ich hörte, dass ein Neffe meiner Oma als Kommunist denunziert worden war und deshalb im Gefängnis saß. Kommunismus hatte was mit Russland zu tun und ich hatte erfahren, dass die Familie meiner leiblichen Mutter irgendwo aus Russland kam. Wie gesagt, all das erfuhr ich, aber die Äußerungen und Informationsfetzen lösten bei mir weder Interesse noch Emotionen aus, denn ich war endlich im „Jetzt“ meines Lebens angekommen. Für mich, als kleines Mädchen, zählte nur das.

Dennoch nahm ich natürlich wahr, dass sich nach diesem Wahlergebnis das Straßenbild zunehmend veränderte, beispielsweise waren immer mehr Männer in Hitleruniform in der Stadt zu sehen. Außerdem nahm die Propaganda für Sportveranstaltungen und für die Hitlerjugend permanent zu. Im April, an Hitlers Geburtstag, hingen außen an den Fenstern der Wohnungen Hakenkreuzfahnen, im Radio gab es andere Programme als sonst, und man hörte besonders viel Marschmusik.

Bei meiner Einschulung im Herbst 1933, wurde vor dem Schulbeginn die Hakenkreuzfahne geweiht. Zuerst wurde sie an einem Fahnenmast hochgezogen, anschließend grüßte man sie mit dem Hitlergruß. Erst dann durften wir die Klassen betreten und mit dem Unterricht beginnen. Dieses Ritual fand jeden Tag statt und wurde vom Schuldirektor persönlich geleitet. Ihn habe ich nur in Uniform erlebt. Obwohl er Dr. phil. und Dr. rer. nat. war, trug er die Uniform der Marine SA. Er war ein fanatischer Vertreter der deutschen Nation und verstand es glänzend, seine Schüler für das Deutschtum zu begeistern. Er sorgte später auch dafür, dass seine Schüler fleißig Spenden sammelten und die Soldaten im Krieg ab 1939, auch mit Feldpostbriefen und Päckchen versorgten.



Zita in Schuluniform, genannt Tracht

Eines Tages kam Papa auf die Idee, unsere wunderschöne Wohnung aufzugeben, in eine neue zu ziehen, bald darauf noch einmal in eine andere zu wechseln, um am Ende zurück in Niederrad zu landen. Doch leider zogen wir nicht wieder in die schöne Siedlung mit all ihrem praktischen Komfort, sondern in eine stinknormale, große 4-Zimmer-Wohnung im dritten Stock mit Ofenheizung. Der nochmalige Wohnungswechsel traf mich hart. Schon wieder eine irritierende Veränderung in meinem Leben. Aber zumindest war ich nach all den Umzügen und dem damit verbundenen Schulwechsel, nun wieder an der alten Schule. Ich habe mich ganz und gar in das Hilfsprogramm meines Direktors eingefügt, denn der Krieg an der Ostfront war im vollen Gange. Ich hatte jetzt auch eine Uniform an, denn ich war bei den Deutschen Jungmädels. Sie trugen einen schwarzen Rock, eine weiße Bluse und ein schwarzes Halstuch - man nannte das Tracht.

Dr. Seidler, so hieß mein Schuldirektor, war in meinen letzten beiden Schuljahren auch mein Klassenlehrer. Er verzieh mir nicht, dass ich mich nicht sportlich betätigte, kein Sportabzeichen erhielt und auch nicht schwimmen konnte. Deshalb bekam ich den Eintrag 'Zita ist Nichtschwimmerin' im Entlassungszeugnis. Ansonsten mochte er mich gerne, ich sprach nämlich gutes Hochdeutsch ohne Frankfurter Dialekt, interessierte mich für römische und germanische Geschichte, war außerdem gut darin, Rollen aus Theaterstücken vorzutragen. Nicht zuletzt war ich auch sehr erfolgreich, wenn es darum ging, Spenden zu sammeln: Zita brachte immer eine volle Sammelbüchse zurück in die Schule.

Nach Beenden der Schule mussten alle ein sogenanntes Pflichtjahr absolvieren. Für die Jungen bedeutete das ein knappes Jahr Arbeitsdienst, dabei trugen sie eine besondere Uniform. Die Mädchen arbeiteten als Dienstmädchen im Haushalt, meist bei kinderreichen Familien oder aber in sogenannten Landjahr-Lagern. Diese dienten auch dazu, den jungen Mädchen einen zusätzlichen nationalsozialistischen Schliff zu geben, um sie dann als Führungskräfte einsetzen zu können. In ein solches Lager wurde ich zusammen mit sechs

anderen jungen Mädchen aus verschiedenen Frankfurter Schulen verschickt.

Von Frankfurt aus ging es nach Springe am Deister bei Hannover. Dieses Lager war mein neues Zuhause für fast ein Jahr. Etwa 150 Mädchen aus ganz Deutschland lebten dort, eingeteilt in 8 Arbeitsgruppen. Jede Arbeitsgruppe unterstand einer Führerin, die ihren jeweiligen Arbeitsbereich im Sinne der nationalsozialistischen Vorstellungen zu leiten hatte. Dabei ging es auch darum, die Einheit in den Gruppen zu stärken und Ideen wie 'einer für alle und alle für einen' zu vermitteln. Die Abteilungen waren eingeteilt in Putz-, Küchen-, Wäsche-, Bügel-, Garten-, Näh-, Werk- und Kunstgruppen. Manche Mädchen halfen auch den Bauern außerhalb des Lagers. Alle drei Wochen wechselten die Mädchen in eine neue Gruppe. Außerdem konnte man im Lager noch an weiteren Aktivitäten teilnehmen, wie Gesang, Sport, Wanderungen und Theaterspielen.

Zudem herrschte im Lager strenge Disziplin. Kaum ertönte der schrille Ton der Trillerpfeife, hatten wir uns in Reih und Glied aufzustellen. Das war ein Befehl! Ob beim Marschieren oder beim Essen-anstehen - absolute Disziplin war ein Muss. Ordnung war oberstes Gebot. Im Kleiderspind wurden die Kleider zentimetergenau zusammengelegt, auch die Betten - es waren Strohsäcke - mussten sorgfältig aufgeschüttelt und glattgezogen werden. Die Sohlen der Schuhe sollten immer sauber sein, wir waren also ständig damit beschäftigt, sie gründlich zu putzen.

Wir hatten auch einige Schikanen zu ertragen. So hat uns eine Sportleiterin im Regen exerzieren lassen und dann verlangt, die Turnanzüge sofort zu waschen und so aufzuhängen, dass wir sie beim nächsten Appell mühelos wieder anziehen konnten. Eine der Führerinnen war ab und zu betrunken. Im besoffenen Zustand pickte sie gern ein Mädchen heraus, das dann ihre x-beliebigen Befehle auszuführen hatte.

Über unser Lager flogen die Bombenflugzeuge der Briten und Amerikaner und haben Hannover schwere Schäden zugefügt. Die Post von

Zuhause aus Frankfurt brachte mir die Nachricht, dass Papa sich an die Ostfront als Rechnungsführer bei der Organisation TODT, einer Bauorganisation, die zuständig für das Bauen militärische Anlagen war, freiwillig gemeldet hatte. Als der Brief kam, war er bereits an der Front. Natürlich erschrak ich, doch ich hatte durch meine lange Abwesenheit von Zuhause die Bindung an meine Familie etwas verloren.

Als ich nach dem Pflichtjahr nach Hause zurückkehrte, hatten die Eltern wieder einmal einen Umzug vorgenommen. Diesmal lag die neue Wohnung direkt in der Innenstadt zwischen Börse, Hauptwache und Opernhaus. Meine arme Mama! Wie sie das alles geschafft hat, unglaublich. Was für ein anstrengendes Leben! Dauernd war sie als Hausfrau damit beschäftigt, unzählige Umzugskartons ein- und auszupacken.

Übrigens habe ich ganz vergessen zu erwähnen, dass ich im Landjahrlager schwimmen gelernt habe. Unfreiwillig. Zwei Führerinnen hatten mich gepackt und in einen See geworfen. Ich spüre heute noch die Algen um meine Beine.

Opa ist während meiner Zeit im Landjahrlager verstorben. Zu meinem großen Bedauern, wurde mir nicht erlaubt, an seiner Beerdigung teilzunehmen. Nach seinem Tode verpachtete Oma die Wirtschaft und lebte ab dann ganz allein in ihrem Haus. Sie wurde immer apathischer und unempfindlich für die Welt um sie herum. Sie litt unter Depressionen. Als ich sie wiedersah, erkannte sie mich nicht, wusste nicht mehr, wer ich war. Das stimmte mich wirklich sehr traurig.

Wie geht es weiter? Vielleicht ist es mir ja gelungen, jetzt mit meinen 94 Lebensjahren etwas aus meinem Fluss des Lebens herausgefischt zu haben, das den Menschen für ihr Leben dienlich sein kann. Ich betrachte das Leben als Energie, als eine Vibration, als Schwingung, die über das Körperliche, das Fleischliche hinausgeht. Diese Vibration ist formlos und unbeschreiblich, weil es dafür auf unserer Erde keine Worte gibt. Die Energie ist sehr wohltuend und leicht, möglicherweise ist alles blau. In einer Mediation habe ich mich von meinem Körper gelöst und war über die sogenannte Silberschnur verbunden. Ich habe mich gesehen, körperlos, doch in meiner Form. Ich wusste, dass ich Ich bin. Ich habe mir dabei auch selbst zugeschaut. Der feinstoffliche Körper hat die gleiche Form wie der Körper aus Fleisch. Wenn dieser feinstoffliche Körper den Fleischkörper verlassen will, kann er sich wie ein normaler Körper bewegen und hat auch die gleichen Gedanken, er spricht genauso, doch nur in Gedanken. Der feinstoffliche Körper kann in Gedanken-schnelle reisen und den Ort wechseln. Wer das einmal erlebt hat, für den ist dies Wahrheit und deshalb normal. Für mich ist das normal, und ich schreibe nur darüber, weil ich darum gebeten wurde.

Unsere Existenz ist eigentlich ein Spiel unseres Bewusstseins. Bewusst sein ist die Existenz von allem was existiert. Mit anderen Worten - das Leben als Leben ist Bewusstsein. Zu dem Bewusstsein gehört Schöpferkraft, Willen, Denken, Formgebung. Mit diesem bewussten Willen kannst du alles verändern. Ich bin, ich kann, ich will, oder ich will, ich kann, ich bin! Diese Kräfte gehören zusammen, sie sind immer in allem zusammen egal wo wir sind, die Kräfte sind immer da, und diese Kräfte sind wir, wir sind diese Kräfte. Alles vibriert mit Allem, in dem Bewusstsein mit Allem eins zu sein. Es ist mir wichtig, immer wieder zum Ausdruck zu bringen, dass wir keine getrennten Wesen sind, dass diese Trennung eine Illusion ist. Wir alle sind ein Teil der Energie einer höheren Kraft, so wie eine kleine Welle Teil des unendlichen Ozeans ist. Die Trennung ist eine Illusion und diese gehört in den Bereich des Egos.

Diese größere Kraft besteht aus Vollkommenheit, Liebe und Freude. Wir sind die Liebe und der Frieden, deshalb ist alles gut. Wir befinden uns auf dieser Erde in einem Körper und erfahren uns deshalb als begrenzt. Im Inneren sind wir Klangschwingung, wir sind SPANDA, die Klangmutter des Universums. Darin sind wir gleich. Wir Menschen haben Angst vor dem Tod, weil wir an diesem Körper hängen, trotz vieler Schmerzen und großem Leid. Ich weiß aber, dass ich mehr bin, dass wir mehr sind, und wenn man diese Distanz zu sich selbst herstellen und die Vogelperspektive einnehmen kann, dann ist man mit allem verbunden.

Was fühlt man, wenn man sich mit allem verbunden fühlt? Wenn man fühlt, dass man von Liebe umgeben ist? Dann hört man auf, sich mit dem Ego zu identifizieren, man hört auf unzufrieden zu sein und hört auch auf, illusionären Zielen nach zu eifern. Wenn man an die Schöpfung glaubt, die uns gemacht hat und uns aus diesem Grunde liebt, dann fühlt und erlebt man sich selbst als unendliche, ausgedehnte Liebe. Man liebt sich selbst. Dies ist außerhalb der Vorstellungskraft. Es ist größer, als das, was wir auf dieser Erde erleben können. Und alles ist gut.

Ich liebe Euch.

Zita

* Ich bin am Ende meiner Erzählung.

Nachwort von Annette Bokpe

Wo die Worte enden beginnt die Geschichte

Zita und mich verbinden inzwischen zwölf Jahre, die mir jedoch vorkommen wie ein halbes Leben. Das mag wohl damit zusammenhängen, dass ich mich vor zwölf Jahren auf ein ganz neues Abenteuer einließ und damit mein Leben noch einmal eine entscheidende Wendung nahm. Nicht die erste. Abenteuerlich war es häufiger in meinem Leben. Da hatten Zita und ich schon eine Gemeinsamkeit, die wir offenbar spürten ohne sie ausgesprochen zu haben. Wir verstanden uns sofort. Dabei wussten wir nichts voneinander - oder vielleicht doch? Vielleicht hatten wir ja auch jenseits dieses Lebens schon miteinander zu tun, wer weiß. An so etwas hätte ich noch vor 12 Jahren bestimmt nicht gedacht. Heute kann ich sagen, dass Zita wesentlich dazu beigetragen hat, dass sich mein Denken, meine Wahrnehmung, ja - mein Wissen und mein Bewusstsein entwickelt und so erweitert haben, dass ich alles für möglich halte, wirklich alles.

Im Zusammenhang mit Leben und Energie schreibt Zita in ihrem eindrucksvollen Buch:

„....., weil es dafür auf unserer Erde keine Worte gibt.“ Ja, es gibt wirklich nicht für alles Worte, weil sich so vieles außerhalb dessen abspielt, was man in Buchstaben erfassen kann. In Buchstaben erfassen können wir nur das, was wir begreifen. Doch „wir erleben mehr als wir begreifen“, sagte auch der bekannte Atomphysiker Professor Dürr.

Genau das habe ich erfahren. All meine Skepsis gegenüber dem geistigen Heilen (ich habe das im Buch amazingGRACE.... dokumentiert) hat sich aufgrund von Erlebtem relativiert. Für mich selbst kaum zu begreifende Heilergebnisse aufgrund m e i n e r

Heilarbeit haben mir bewiesen, dass wir Menschen viel mehr sind als das, was wir glauben zu sein. Das, was wir glauben zu sein, wird uns suggeriert, anezogen, eingetrichtert. Es sind Muster, Glaubenssätze, Konditionierungen, letztlich emotionale Blockaden, die unsere Gedanken steuern und damit unser Leben und unser Handeln bestimmen.

Die Heilerausbildung an der ÉCOLE SAN ESPRIT begeistert mich nach wie vor deshalb so sehr, weil jedem Teilnehmer und jeder Teilnehmerin letztlich das Erfahren der eigenen Kraft vermittelt wird und damit schließlich die Möglichkeit, sich als das zu erleben, was sie sind. Und, wie Zita selbst von sich sagt, ist genau auch das ihr Ziel: die Selbstfindung der Schüler so zu fördern, dass sie sich als göttliche Wesen erkennen. Mit den vielen Gesprächen während unserer gemeinsamen langen Abende im Esszimmer der Villa SAN ESPRIT, auf unseren gemeinsamen Reisen, im Unterricht während der Heilerausbildung an der ÉCOLE SAN ESPRIT und vor allem durch die Art, wie sie lebt und handelt hat Zita mein Denken mit geprägt und meinen Horizont erweitert.

Ich habe immer bewundert, wie selbstbewusst und sicher Zita lehrt und öffentlich Vorträge hält. Erst vor kurzem bat ich die nun inzwischen 94jährige, mit in einen der Kurse zu kommen, die ich momentan als Dozentin an der École leite. Sie freute sich, wollte einfach dabei sein, zuhören, unter Menschen sein, wie sie es gewohnt war. Als ich ein Thema abgeschlossen hatte, fragte ich Zita, ob sie dazu noch etwas sagen wolle. „Nein“, erwiderte sie, „du hast alles gesagt“. Dann lächelte sie und wir – die Schüler und ich – waren still. Wir wussten: da kommt noch was.

„Ich möchte euch daran erinnern, dass ihr alle großartige Wesenheiten seid“, begann sie schließlich und dann redete sie weiter. Wir alle lauschten gebannt. Wie immer wenn Zita spricht. Keiner möchte von dem, was sie sagt, etwas verpassen. Sie spricht ohne sich zuvor Notizen gemacht zu haben. Egal, worum es geht, ihre Beiträge haben immer eine perfekte Dramaturgie. Aber vor allem haben sie

– ja, wie soll ich das ausdrücken? – Strahlkraft. Hinter jedem der wohlgeformten Sätze stecken Erfahrung und Weisheit.

Schon als ich die ersten Seiten von Zitas handschriftlichen Aufzeichnungen zu ihrem Buch in der Hand hatte und lesen durfte, hatte ich wieder das Gefühl, dass hinter jedem Satz, hinter jedem Wort viel mehr ist, als was sich da Schwarz auf Weiß ausdrücken lässt.

Es sind beeindruckende Geschichten, die Zita da aus ihrem Leben erzählt. Es macht Spaß, sie zu lesen. Sie geben Stoff zum Nachdenken.

Viele von Zitas Weisheiten verbergen sich zwischen den Zeilen. Mir kommt es vor, als würde mir nach jedem Abschnitt etwas zugerufen, was da zwar nicht ausdrücklich geschrieben steht, aber doch da ist. Die Geschichte beginnt, wo die Worte enden.

Annette Bokpe



Zita Kappler ist eine aussergewöhnliche Frau. 1926 geboren erlebt sie den Krieg und ist dadurch Zeitzeugin. Es folgen bewegte, spannende Lebensjahre. Ihr spirituelles Wirken auf andere Menschen entfaltet sich allerdings erst in sehr späten Jahren.

Im Alter von 78 Jahren beginnt sie ein ganz neues Leben. Profanes lässt sie hinter sich, wird erfolgreiche Heilerin und unterrichtet das Geistige Heilen an der ÉCOLE SAN ESPRIT. An der ersten Klinik für Geistiges Heilen betreut sie viele Hilfesuchende. Bis ins ganz hohe Alter wirkt sie als Heilerin sowie als Weisheitslehrerin und sie hat auf unzählige junge und alte Menschen einen maßgeblichen Einfluss. Sie ermutigt zum Umdenken und fordert dazu auf, die eigene Größe zu erkennen und in diese hinein zu wachsen.

Ein Buch, das den Glauben an das Gute im Menschen stärkt und das mit großer Hoffnung an eine gute Zukunft erfüllt.

Es ist beglückend und fesselnd an Zitas Lebenserfahrungen teilzuhaben und zu sehen wie sie ihr Leben mit seinen verschlungenen und sehr speziellen Schicksalswegen und Schicksalsschlägen gemeistert hat und welche wunderbare Früchte sie daraus hervorgebracht hat. Ich wünsche mir, dass möglichst viele Menschen Zitas Lebensbuch lesen, um von ihrer Weisheit zu profitieren.

Corinna Gessner, Ärztin

Es sind beeindruckende Geschichten, die Zita da aus ihrem Leben erzählt. Es macht Spaß, sie zu lesen. Sie geben Stoff zum Nachdenken. Viele von Zitas Weisheiten verbergen sich zwischen den Zeilen. Mir kommt es vor, als würde mir nach jedem Abschnitt etwas zugerufen, was da zwar nicht ausdrücklich geschrieben steht, aber doch da ist. Die Geschichte beginnt, wo die Worte enden.

Annette Bokpe, Journalistin



€14,99



9 783943 099300