Mildes Klima, üppiges Grün – Ina weiß, was ihrem Körper guttut

„Der Arzt gab mir noch zwei Jahre zu leben“

Als Ina Genée (59) die Diagnose hört, bricht sie auf nach Indien. Dort spürt sie die heilsame Kraft der Gedanken und schafft das Unmögliche

Fotos: MPR-Micus/ Jessica Alice Hath

Wenn Ina Genée (59) am Meer steht und auf den dunkelblauen Atlantik rund um La Palma sieht, empfindet sie tiefe Dankbarkeit. Sie fühlt sich bestens, hat aber lange um ihre Gesundheit bangen und kämpfen müssen. Inas Leidensgeschichte begann 2009. „Ich hatte plötzlich Schmerzen beim Laufen, war immer müde und bekam rote Flecken auf der Haut", erinnert sich die gebürtige Münchnerin an die Zeit, die ihr Leben aus den Angeln hob.

Ina arbeitet damals in der biologischen Landwirtschaft, schuftet viele Stunden am Tag auf den Feldern. Und als Künstlerin kreiert sie Seidenstoffe und Holzschnitzereien, arbeitet als Kunsttherapeutin. Doch plötzlich kann sie ihr Werkzeug kaum halten, die Schmerzen breiten sich in alle Körperteile aus. „Diese Beschwerden kamen wie aus dem Nichts, für mich unerklärlich. Ich war schlank, sportlich, hatte mich seit jeher gesund ernährt."

Den Ärzten, die Ina aufsucht, geht es kaum anders. „Sie stocherten im Dunkeln, wussten nicht, wie sie mir helfen konnten." Die Krankheit wird immer schlimmer. Ina kann viele Wochen kaum das Haus verlassen. Erst im Sommer 2010 bekommt ihr Leiden einen Namen. „Sie haben das Sjögren-Syndrom, eine chronische Autoimmunerkrankung", sagt ein Arzt, an den sie sich zuletzt verzweifelt gewendet hat. Die Krankheit sei extrem selten, Ursache unklar, Medikamente dagegen gebe es nicht. Sie solle Kälte und Stress meiden. Dann der Schock: Sie habe höchstens noch zwei, drei Jahre zu leben.

Als Ina damals nach Hause schleicht, weint sie nicht, im Gegenteil. Ihr Inneres rebelliert. „Ich wollte nicht aufgeben, ich wollte leben und war bereit zu kämpfen." Ina kennt das, sie hat immer hart gearbeitet, zog ihren mittlerweile erwachsenen Sohn allein groß. Sie glaubt, die Doppelbelastung habe sie körperlich und seelisch ausgebrannt. Sie will sich retten, indem sie ein bescheidenes Leben ohne Stress führt. Sie kündigt, verkauft ihre Möbel, fliegt nach Südindien. Sie mag die Wärme, die Spiritualität.

Die Schmerzen kamen aus dem Nichts, für mich unerklärlich

Dabei war Ina immer schlank, sportlich, ernährte sich gesund

Am Strand kommt sie mit ihren Kundinnen ins Gespräch

Schon im Oktober 2010 wohnt sie in einem Haus am Meer, sitzt stundenlang am Strand, atmet die heiße, feuchte Tropenluft ein und erlebt das Unfassbare. „Nach ein paar Wochen besserten sich die Schmerzen, ich konnte wieder gut laufen, und nach ein paar Monaten fühlte ich mich gesund, nein, mehr, topfit." Ina findet Jobs in der vertrauten Landwirtschaft, betreibt engagiert Gartenarbeit. Zwischendurch reist sie, lebt zeitweise in Thailand und füttert Elefanten, besucht Tempel in Sri Lanka, genießt Indonesien und Bali. Und sie bildet sich fort, macht Kurse in Meditation, Atmung, asiatischer Spiritualität und wächst mit dem, was sie lernt.

Indien tut ihr gut, doch die Pandemie vertreibt sie

„Es ging mir gut, weil ich auf mich achtete, meine Seele gesund hielt. Mein Sohn kam regelmäßig zu Besuch. Ich war darauf eingerichtet, für immer in Asien zu leben," erzählt sie. Doch dann kommt die Corona-Pandemie, sie muss den Kontinent verlassen. Zurück nach Deutschland? „Ich hatte furchtbare Angst, dass die Krankheit bei dem Klima und dem dort vorherrschenden Stress wieder ausbricht und alles von vorn beginnt", verrät sie.

Ihre Wahl fällt auf La Palma. Die Insel ist klein, ruhig, hat ein mildes Klima. Im Frühjahr 2021 mietet sie sich ein Häuschen. Wenige Monate später bricht der Vulkan aus. Ina ist nicht betroffen, sieht aber das Leid der anderen, bietet Hilfe an. Ihr Einfühlungsvermögen kommt an. Das motiviert sie, sich mit medialem Coaching selbstständig zu machen (www.inagenee.com). „Es ist glaubwürdig, wenn man weitergibt, was einem selbst geholfen hat", sagt Ina. „Meine Kundinnen sind häufig am Ende ihrer Kraft, leiden an Depressionen und Ängsten. Ich entwickle mit ihnen Lösungen, damit sie wieder gesund und zuversichtlich werden." Ina fühlt sich pudelwohl. „Ich habe hier, zwischen Bananenpflanzen, zwitschernden Vögeln und rauschenden Baumkronen, Kraft für zwei", sagt sie lachend und genießt den Wind im Gesicht. Sie hat das eigentlich Unmögliche geschafft. *Andrea Micus*

Gärtnern ist und bleibt ihre große Leidenschaft

Ich hatte Angst, dass die Krankheit wieder ausbricht

Wegen Corona musste Ina Asien verlassen

Unheilbare Krankheit

Als Sjögren-Syndrom bezeichnet man eine chronische Autoimmunerkrankung, bei der das Immunsystem die Tränen- und Speicheldrüsen angreift. Typisch sind trockene Augen und Mundtrockenheit, begleitet von Müdigkeit und Gelenkschmerzen. Weitere Symptome sind Hautveränderungen, Taubheitsgefühle, Atemnot. Betroffen sind vor allem Frauen. Die Krankheit ist bislang nicht heilbar.

Fotos: MPR-Micus/ Jessica Alice Hath