

Im Leben angekommen, als Erfolgsautorin und Mutmacherin

Evelyn Kühne erkrankte an Brustkrebs und in Folge an Fatigue. Nach den Schicksalsschlägen kam der Neuanfang als Autorin. Ihre Bücher erfreuen sich mittlerweile großer Beliebtheit.

Moderator: Meine Damen, meine Herren. Es ist mir eine große Freude, Sie heute aus der Hemingway Lounge begrüßen zu dürfen. Unser Interviewgast für ein Gespräch im roten Sessel, ist zu einer erfolgreichen Autorin geworden. Sie schreibt Liebesromane, die berühren und entführen. 2011 erkrankte Evelyn an Brustkrebs und erhielt einige Jahre später die Folgediagnose der chronischen Fatigue. Nach dem Schicksalsschlag erfolgte ein Neuanfang und die vielen Bestseller, wie Viertel Kraft voraus, Neuanfang auf Italienisch, oder Dünengeflüster zeigen dies auf eindrucksvolle Weise. Mittlerweile sieht sie sich als Mutmacherin. Schön, dass sie heute da ist. Herzlich willkommen Evelyn Kühne.

Evelyn Kühne: Danke. Ich freue mich sehr, hier zu sein.

Moderator: Evelyn, sei so lieb. Erzähle uns Deine Geschichte. Wie war Dein Leben vor der Krebsdiagnose.

Evelyn Kühne: Vor der Krebsdiagnose war ich ein sehr, sehr glücklicher Mensch. Ich habe jemanden Neuen kennengelernt, war überglücklich, frisch verliebt. Bin umgezogen. Hatte ein komplett neues Umfeld, neue Freunde kennengelernt. Also mir ging es rundherum gut, kann man sagen.

Moderator: Wie kam es zu Der Diagnose Brustkrebs?

Evelyn Kühne: Ich hatte zwei Jahre vorher schon eine Unregelmäßigkeit festgestellt. Beim Duschen ertastet. War dann bei meiner Dresdner Frauenärztin, hatte mit ihr darüber gesprochen. Sie tat es aber ab, weil ich früher schon mal eine Tumorerkrankung gehabt hab und sie schob es darauf. Und durch den Umzug, neue Ärztin. Die sah das alles komplett

EIN GESPRÄCH IM ROTEN SESSEL

anders und hat zu mir gesagt: „Machen wir mal eine Mammografie“. Und dort kam die Schwester dann den Gang entlang mit meinen Befunden in der Hand, konnte mich nicht mehr ansehen, obwohl wir kurz vorher erst ein ganz lockeres Gespräch hatten während der Untersuchung. Und wo die Schwester zu Boden schaute, da habe ich es irgendwo gewusst in dem Moment. Es ist etwas Ernsthaftes.

Moderator: Kannst Du Dich an die genauen Worte des Arztes erinnern, als er Dir die Diagnose eröffnet hat?

Evelyn Kühne: Also er hat zu mir gesagt: „Wir haben da etwas festgestellt in Ihrer Brust. Das ist Krebs. Wir können zu 99 Prozent davon ausgehen, dass es bösartig ist“. Und ich muss sagen. Den Rest habe ich nicht mehr verstanden. Und ich weiß noch, ich bin herausgekommen aus diesem Gebäude, aus diesem Ärztehaus und draußen zwitscherten die Vögel und die Sonne schien. Und da war ein Spielplatz, da spielten Kinder und da habe ich gedacht, wie kann das denn sein. Ich habe doch gerade diese Krebsdiagnose gekriegt. Also es war eine total unwirkliche Situation für mich. Ich bin danach heimgefahren und komischerweise hatte ich dort diesen Gedanken. Wenn ich jetzt nach rechts lenke und an diesen Pfeiler fahre, dann ist alles vorbei. Das war das einzige Mal, dass ich eigentlich während der gesamten Behandlung solche Gedanken gehabt habe. Und ich weiß, ich habe die ganze Zeit nur geheult im Auto. Geschrien und gedacht, warum ich und warum jetzt?

Moderator: Wie hast Du es Deinem Liebsten gesagt?

Evelyn Kühne: Nachdem ich das Ärztehaus verlassen habe, habe ich ihn angerufen und ich weiß, er hat an dem Morgen, wo wir uns verabschiedet haben zu Hause, hat er zu mir gesagt: „Du wirst sehen, es wird alles gut. Wir beide sind Glückskinder“. Und ich habe ihn angerufen und gesagt: „Thorsten das Glück hat uns verlassen“.

Moderator: Wie hast Du es Deiner Tochter gesagt?

Evelyn Kühne: Ich habe es ihr per Telefon gesagt. Sie war unglaublich tapfer. Sie sagt immer Mutt zu mir und sie hat gesagt: „Mutt Du schaffst das. Mutt Du wirst wieder gesund“. Schwer war es, auch meinen Eltern zu sagen. Sehr, sehr schwer, weil meine Großmutter an Darmkrebs gestorben ist. Also meine Eltern konnten mir in dem Moment

EIN GESPRÄCH IM ROTEN SESSEL

keine Kraft geben. Die haben auch nicht gesagt. Du schaffst das, sondern ich habe zu denen gesagt: „Mutti, ich schaffe das“.

Moderator: Woher kam die Kraft, wieder aufzustehen?

Evelyn Kühne: Die Kraft kam auf jeden Fall durch meinen neuen Partner. Der tausend prozentig an meiner Seite stand. Und die Kraft kam auch durch meine Ziele, Träume und Wünsche, die ich hatte. Die waren irgendwo tief in mir drin. Und ich habe immer gesagt. Ich will reisen, ich will die Welt sehen, ich will mein Kind heiraten sehen, ich will irgendwann ein Enkelkind auf meinem Schoß wiegen. Und daher ist diese Kraft gekommen. Ich habe vorher in einer Bestattung gearbeitet. Vor der Diagnose und habe gerade in diesen Jahren, wo ich dann die Krebserkrankung bekommen habe, drei Bestattungen gehabt von Frauen, die in meinem Alter waren und die alle an Krebs gestorben sind. Und das hatte ich natürlich überdeutlich vor Augen. Und doch war das für mich keine Option. Also ich habe eher wirklich gedacht, ich schaffe das tausend prozentig.

Moderator: Wer war Dein Fels in der Brandung während der ganzen Zeit?

Evelyn Kühne: Mein Mann. Er hat auch zu dem Arzt ganz am Anfang gesagt: „Wir machen alles, was Sie uns empfehlen, aber Sie müssen unbedingt diese Frau wieder gesund machen. Die ist die Liebe meines Lebens“. Und da kam eine unheimliche Kraft und Energie rüber.

Moderator: Welche Träume wurden durch die Erkrankung gestoppt? Und welche haben Dir ganz viel Energie gegeben?

Evelyn Kühne: Wir hatten uns vorgenommen, wir wollten verreisen. Und das war natürlich alles erst mal auf Eis gelegt. Dann war das aber gleichzeitig halt auch so etwas, woran man sich festhalten konnte. Und wir haben gesagt, sobald es mir besser geht, reisen wir ans Meer. Und das hat mir Kraft gegeben.

Moderator: Dieses Schicksalsjahr hat ja aber auch, wenn man heute drauf schaut, für Dich einen Wendepunkt markiert in Deiner Berufung. Magst Du uns das bitte erzählen?

Evelyn Kühne: Ja. Man kann das eigentlich auf den Punkt bringen. Ich bin durch den Krebs

EIN GESPRÄCH IM ROTEN SESSEL

zur Autorin geworden. Ich bin zum Schreiben gekommen. Ich habe nach der Krebsdiagnose zunächst erst mal wieder versucht, ins Leben zurückzukommen. Irgendwann kriegt man dann ja gesagt, Sie sind gesund. Ich habe mir wieder eine Arbeit gesucht und habe dann aber festgestellt, dass mir irgendwo die Kraft für diese Arbeit fehlte. Musste die wieder aufgeben. Es ging nicht. Und es begann eine endlose Ursachensuche. Warum war ich so erschöpft und krank. Man hat mich dann zu einer Psycho Onkologin geschickt, überwiesen und da hat sie mir so als kleinen Tipp gegeben. Schreiben Sie doch einfach mal auf, was Sie alles schon durchgemacht haben in letzter Zeit. Und das habe ich gemacht. Das habe ich aufgeschrieben. Es war sehr heilsam. Ich habe an meinem Laptop gesessen und habe teilweise geheult ohne Ende, aber mir wurde halt auch bewusst, was habe ich alles durchgemacht in den letzten Monaten. Was ist da alles gewesen. Wie hat mein Körper mich getragen. Ich habe so gedacht. Dieses Schreiben, das ist irgendwie toll und so, ja kann man sagen, bin ich zur Autorin geworden, weil ich habe dann einfach weitergeschrieben.

Moderator: Jetzt hast Du es ja nicht für Dich behalten, sondern Du hast einen Verlag gefunden. Wie kam es dazu?

Evelyn Kühne: Das allererste Buch, also die Geschichte meiner Krankheit. Das habe ich dann selbst noch herausgebracht, weil es sehr schwierig war, einen Verlag zu finden.

Moderator: Das war Viertel Kraft voraus?

Evelyn Kühne: Genau. Richtig. Und dann, mein zweites Buch Neuanfang auf Italienisch. Eine Geschichte, die am Gardasee spielt. Ja, das Buch ist dann erschienen und ist so gut angekommen, dass der Verlag mich gefragt hat: „Frau Kühne, wie geht es weiter?“ Und da habe ich gesagt: „Na ja, ich schreib eigentlich schon wieder an der nächsten Geschichte“. Und so hat letzten Endes eins ins andere gegriffen.

Moderator: Was gibt Dir das Schreiben? Und was gibt Dir vor allen Dingen auch die Veröffentlichungen. Und damit meine ich nicht das Monetäre.

Evelyn Kühne: Also das Schreiben, das ist das, wonach ich ein Leben lang gesucht habe. Ich war immer so eine Suchende. Ich habe beruflich unheimlich viel ausprobiert und beim Schreiben habe ich das gefunden. Ich merke einfach, das ist meine Berufung. Der größte

EIN GESPRÄCH IM ROTEN SESSEL

Moment ist, sein eigenes Buch in den Händen zu halten als Taschenbuch. Und wenn dann die ersten Rezensionen, Bewertungen reinkommen. Wenn Leute mir Briefe schreiben und sagen: „Wow liebe Frau Kühne. Ein tolles Buch. Ganz großartig. Wann kommt das nächste? Wir sind schon gespannt“. Also das gibt unheimlich viel Kraft, unheimlich viel Energie und ist einfach nur großartig.

Moderator: Woher kam der Mut, den Weg so zu gehen, die Dinge im Leben zu ändern, an sich zu glauben und dann zu schreiben?

Evelyn Kühne: Also da kam sehr, sehr viel Unterstützung von Freunden, die an mich geglaubt haben. Ich habe das denen erzählt. Ich habe gesagt: „Hier, ja ich habe mein Buch geschrieben Viertel Kraft voraus. Wollt Ihr das mal lesen?“ Dann haben die das gelesen und dann haben sie gesagt: „Evi das ist toll“.

Moderator: Gab es auch solche, die eher verhalten waren, oder gesagt haben, um Gottes Willen. Das kannst Du doch nicht machen?

Evelyn Kühne: Selbstverständlich. Es gab ganz viele Miesmacher, die gesagt haben: „Was um Gottes Willen. Du schreibst jetzt? Es gibt ja tausende Autoren und es gibt Millionen Bücher. Guck doch einfach bloß ins Internet, gehe in die Buchhandlung. Wie viele Bücher gibt es da?“ Und ich bin dann teilweise auch wirklich in Buchhandlungen gegangen und habe gedacht. Du großer Gott. Und ja, da habe ich gewusst, so wie ich schreibe, das ist etwas ganz Besonderes.

Moderator: Denkst Du, Du wärst zur Autorin geworden ohne die Krebserkrankung?

Evelyn Kühne: Also ich glaube, ohne diese Erkrankung würde ich wahrscheinlich immer noch in diesem Bestattungsinstitut arbeiten, würde immer noch im Büro sitzen. Bin ich ganz sicher. Und wäre immer noch so eine innerlich Suchende. Also ich habe irgendwo komischerweise in mir das Gefühl, ohne die Krebserkrankung wäre ich nicht zur Autorin geworden.

Moderator: Wir sind ja heute für das Interview in der Hemingway Lounge. Du hast diesen Ort ausgewählt. Was macht dieser Ort mit Dir? Warum ist es genau dieser?

EIN GESPRÄCH IM ROTEN SESSEL

Evelyn Kühne: Also es ist ein unglaublicher Ort. Ich finde, hier ist eine wahnsinnige Energie. Diese alte Schreibmaschine. Dieser ganze Raum. Diese alten Möbel. Also wenn ich hier so ein paar Tage verbringen könnte, ich könnte mir vorstellen, hier würde ein ganz wunderbares Buch entstehen.

Moderator: Wie kommt man als Krebserkrankte gut durch den Tag?

Evelyn Kühne: Am Anfang habe ich versucht, alles so zu belassen, wie es vor der Krankheit war. Ich habe mich richtig so dazu gezwungen. Da habe ich nach kurzer Zeit gemerkt, das geht irgendwo nicht. Und dann habe ich für mich angefangen, das irgendwo anzupassen. Zu sagen, okay, muss das jetzt sein? Ich denke, es ist auch überhaupt kein Problem, einfach mal einen Tag auf der Couch zu liegen und einfach zu sagen. Heute ist ein schlechter Tag. Heute geht nichts. Und das ist nicht schlimm, wenn ich das tue. Also dann auch irgendwo mit sich selber nicht zu hadern und zu sagen. Oh Gott, jetzt liege ich hier. Es gibt einfach Tage, da ist es so und die sollte man auch annehmen.

Moderator: Jetzt wurde bei Dir eine chronische Fatigue diagnostiziert. Für alle, die das nicht wissen, was das ist. Wie würdest Du Fatigue beschreiben?

Evelyn Kühne: Also es ist eine schwere Erschöpfung. Ich beschreibe das so, wenn man spürt, es ist eine ganz schwere Erkältung im Anzug und man hat so das Gefühl, man will nur noch Hause, sich auf die Couch legen und alle sollen einen in Ruhe lassen. Nichts geht mehr. Es fällt alles schwer. Also ich habe lernen müssen, die Fatigue anzunehmen. Das war ein relativ langer Weg. Auch steiniger Weg, der an sich mit dem Tag begonnen hat, wo man mir mitgeteilt habe, dass ich Fatigue habe und dass ich Fatigue in einer chronischen Form habe. Das heißt, dass es nie mehr so richtig werden wird wie früher. Es wird nie mehr richtig gut werden. Und das war ein Schock für mich. Ich muss sagen, ein größerer Schock fast als die Krebsdiagnose. Weil es hatte so einen endgültigen Punkt. Es wird einfach nie wieder so, wie es mal war. Und ich habe dann halt angefangen, zu schauen, was tut mir gut. Ich habe sehr viel mit Achtsamkeit gearbeitet. Ich habe in mich reingeguckt. Was ist jetzt, was brauche ich jetzt. Und das bedeutet natürlich auch, dass man oft sein Umfeld vor den Kopf stößt. Weil zum Beispiel ein Treffen mit Freunden geplant ist und man stellt fest, es geht einfach nicht. Und da habe ich am Anfang halt wirklich gehadert, geflucht. Warum ist das so? Verdammt. Ich habe aber gemerkt, je mehr ich sage, okay, es ist jetzt einfach so. Setz

EIN GESPRÄCH IM ROTEN SESSEL

Dich jetzt hin und nimm Dich erst mal raus aus dieser Situation. Versuch mal ruhig zu atmen, umso mehr kommt man zur Ruhe und kann die Sache auch annehmen. Also jeder muss letzten Endes doch seinen eigenen Weg finden, mit der Fatigue umzugehen. Es ist ein langer, langer Prozess.

Moderator: Jetzt ist das Besondere bei der Fatigue ja auch, dass man sie Dir nicht ansieht.

Evelyn Kühne: Ich bin bei Ärzten gewesen, ich bin bei Gutachtern gewesen. Ich habe sehr, sehr negative Sprüche bekommen. Mir ist zum Beispiel von einem Arzt gesagt worden, ich wäre ein Sozialschmarotzerin. Ich wollte mir nur eine Rente erschleichen. Und das ist keine Seltenheit, dass dann gesagt wird. Schauen Sie einfach mal in den Spiegel, wie Sie aussehen. Sie sehen gut aus. Das bilden Sie sich alles bloß ein. Sie sind einfach nur faul.

Moderator: Aber wie hält man das aus?

Evelyn Kühne: Ich muss sagen, es gab wirklich Momente, wo ich in Tränen ausgebrochen bin. Einfach, weil ich es auch teilweise ja selber nicht erklären konnte, was mit mir los ist. Das Aushalten ist mitunter nur möglich, indem Du raus gehst aus der Situation. Weil man einfach in dem Gesicht des anderen sieht, er versteht es nicht und er will es auch nicht verstehen. Ja, also da kommt ganz, ganz viel Unverständnis. Gerade bei dem Thema Fatigue.

Moderator: Wie und worin hat Dich die Krebserkrankung verändert?

Evelyn Kühne: Ich bin irgendwo schon selbstbewusster geworden. Ich habe so meinen Platz im Leben gefunden. Das stelle ich so fest dadurch. Ich weiß viel mehr, was ich will und vor allem, was ich nicht will. Ich habe durch die Krebserkrankung zum Beispiel gelernt, Nein zu sagen, was mir früher total schmerzlich ist.

Moderator: Warum hast Du Dich entschieden, Deine Geschichte heute öffentlich zu machen und hier im roten Sessel zu erzählen?

Evelyn Kühne: Ich will einfach anderen sagen. Ja, es geht immer irgendwo weiter. Und vielleicht kommt man durch so eine schwere Erkrankung Krebs, oder durch eine andere Krise zu vollkommen neuen Punkten im Leben. Kann sein Leben nochmal komplett neu

EIN GESPRÄCH IM ROTEN SESSEL

ausrichten. Ich werde auch oft als Mutmacherin bezeichnet mit meiner Geschichte. Das Leute mir sagen: „Du hast mich total inspiriert. Ich glaube, ich werde jetzt einfach mal das und das probieren, was ich immer schon mal tun wollte“.

Moderator: Wie lautet Dein Lebensmotto? Was ist Dein Credo?

Evelyn Kühne: Mein Credo ist. Wende Dein Gesicht der Sonne zu, dann fallen die Schatten hinter Dich.

Moderator: Evelyn, wir sind am Ende unseres Interviews angekommen. Ich möchte mich bei Dir ganz herzlich bedanken. Du bist eine wahre Mutmacherin mit Deiner Geschichte, aber ich glaube, auch mit Deinen Büchern und es war eine sehr, sehr schöne und wertvolle Begegnung. Dir auf Deinem Weg, Deinem Mann Thorsten das Allerbeste und auf ein schönes und gesundes Wiedersehen.

Evelyn Kühne: Ich danke Dir und vielen Dank, dass ich hier sein durfte. Danke.