

Die Geheilte hat recht

HILTERFINGEN/THUN • Priscilla Bucher ist SchauspielerIn, RegisseurIn, Autorin. Und Mutter. Sie ist faszinierend, edel, nahbar, klug – und war chronisch krank. Davon liess sie sich viele Jahre beirren. Doch jetzt nicht mehr. Heute betreibt sie als Regisseurin und Ernährungscoach den Kanal chronisch-ehrlich.ch.

Sie ist ein Chamäleon. Mal sieht sie aus wie die Lady's um 1920: elegant, neugierig, selbstsicher. Als läge ihr die Welt zu Füssen. Mit Pagenschnitt und bis oben zugeknöpfter, ärmelloser Bluse. Dann sieht man sie auf Bildern mit Hut und Tabakpfeife. Mit geradem, halbblangem Haar, den Blick melancholisch ins Nichts gerichtet. Als schaute sie in sich selbst hinein. Und dann sind da ihre Locken: die echt rote, lange Löwenmähne, die sie aus vergangenen Jahrhunderten mitgenommen zu haben scheint. Haare und Haut harmonieren wie Dämmerung und Land. Der Blick ist auf die sie Anblickenden gerichtet. Als wisse sie Bescheid um die Geheimnisse der Welt.

Auch im Gespräch im neuen Filmstudio in Thun, das sie mit ihrem Mann Jonas in einer alten Fabrik gerade einrichtet, fasziniert Priscilla Bucher als authentische Persönlichkeit. Einerseits zerbrechlich wirkend, beinahe unnahbar. Ihre Haut wie reine Leinwand, auf die das Leben vorsichtig seine hellbraun-ocker-rosa Linien zog. Um keinen Zentimeter zu verschwinden. Wären da andererseits nicht diese Wärme, die sofort Nähe schafft, sie nahbar macht. Das Vertrauen und die Offenheit, die von ihr ausgehen und die sie verschenkt wie der Baum seine vollsten Früchte. Und obendrein der Humor, süss wie Lachen im August. Die 35 Jahre alte Mutter zweier Kinder strahlt Würde und Weisheit aus. Pure Anständigkeit und natürliche Lebenslust in einem. Als hätte sie etwas für Aussenstehende Unsichtbares besiegt, das sie jahrelang stets von Neuem angriff, körperlich und seelisch quälte, sie und ihre Familie niederdrückte, sich an ihr festbiss wie die Zecke in der Haut.

Seele und Körper kommunizieren

Priscilla Bucher lebt mit der Familie in Hilterfingen und ist, oder besser, war chronisch krank. Sie kennt so manches Krankenhaus in Deutschland und der Schweiz von innen. «Ich habe eine zehn Jahre dauernde Odyssee hinter mir», sagt sie, die mit ihrem Mann Jonas die Firma buchermedia.ch gründete, die vor allem für grosse Events tätig ist und aufgrund von Corona nun im Sterben liegt. Priscilla Bucher litt an Schwindelanfällen und Gehirnnebel. Vertrag immer weniger Lebensmittel und litt an starken Verdauungsproblemen. Damals lebte sie mit der Familie während zwölf Jahren in München. Dies, um sich im Filmbereich ausbilden zu lassen. Sie als SchauspielerIn, Drehbuchautorin und Regisseurin. Jonas als Senior Writer/Producer: Viele Jahre arbeitete er für Pro Sieben und RTL, produzierte Filmtrailer und Werbefilme. Die beiden kamen ihre beiden Kinder. Jonas: «Priscilla schaffte es manchmal gerade noch, die Kids vom Kindergarten abzuholen, danach legte sie sich sofort wieder ins Bett.» Priscilla, die als Kind so fröhlich gewesen war, dass sie von ihrer Grossmama damals liebevoll Priscilla Hoppas genannt wurde: «Ich tigerte von Arztpraxis zu Arztpraxis. Jahrelang

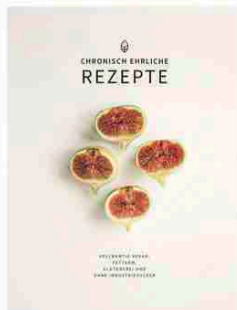
Kriege sind halt kacke

Priscilla Buchers Debütroman «Kriege sind halt kacke» wurde auf der Frankfurter Buchmesse vorgestellt und von einer Jury ausgezeichnet. Darin werden die Ängste von einem Europa, das im Terror untergeht, zu apokalyptischen Wahrheit. Was macht uns wirklich Angst, wie reagieren wir, wenn die Welt untergeht? Wie «verwöhnte kleine Arschlöcher» oder wie sozial intelligente Menschen? Bucher war dabei, als die Flüchtlinge in Deutschland ankamen und empfing sie zusammen mit ihren Kindern mit Geschenken am Bahnhof in München. slb



Priscilla Bucher und ihr Mann Jonas: ein starkes Team und ein Paar, das Leben, Arbeit, Freude und Leid teilt.

sophialangner.com



Hier gehts um Früchte und Gemüse: Priscilla Buchers neues Rezeptbuch fürs Gesundsein. zvg

wurden meine Symptome als psychosomatisch abgetan.» Dies ging so lange, bis die Scherzanfalle in ihrem Bauchraum so stark wurden, dass sie davon in Ohnmacht fiel. Schliesslich wurden verschiedene Entzündungen festgestellt, «doch niemand konnte die Ursache nennen». Die Ärztinnen und Ärzte verschrieben ihr symptomunterdrückende Medikamente, Schmerzmittel, Hormone. Nichts half. Nach sieben Jahren beschloss die Familie, in die Schweiz zurückzukehren, «in der Hoffnung, dass die Ärzteschaft hier die Ursache meiner Leiden herausfinden würde». Zu der Zeit litt sie bereits am chronischen Erschöpfungssyndrom, an Zuckungen am Körper, Reizdarmsyndrom, Fibromyalgie, Migräne und Endometriose. «Auch hier wurden die üblichen Untersuchungen gemacht: Ultraschall, MRT, Blutanalyse, Magen- und Darmspiegelungen.» Festgestellt wurde eine Eisenanämie. Sie bekam Ernährungsberatung, probierte Diäten aus. «Durch die Eiseninfusionen wurde ich zwar stabiler, doch die Schmerzen blieben.» Einmal habe eine Arzthilfskraft gesagt, sie solle es ausserhalb des Krankenhauses versuchen. «Zu Beginn war ich sauer, weil ich doch von den besten Ärzten behandelt wurde. Doch ich galt als

austherapiert. So blieb mir nichts übrig, als in Eigenverantwortung meinen Heilungsweg zu gehen.»

Bucher las Bücher zum Thema. Forschte nach den Ursachen bei chronischen Erkrankungen – und fand Antworten. «Diese Antworten hatten mit einer entzündungshemmenden Ernährung zu tun. Ich verstand langsam, welchen Einfluss eine träge Leber auf unseren Darm – ja, unseren ganzen Körper nimmt.» Sie verstand, dass es Langzeitfolgen des Pfeifferschen Drüsenfiebers, dem Epstein-Barr-Virus, des Herpes Zoster und Streptokokken gibt. «Ich verstand plötzlich so viel.» Auf Instagram führte sie monatelang einen Krankheitsblog. «Dieser verwandelte sich zusehends in ein Farbenspektakel aus Früchten und Gemüse. Ich traf auf immer mehr Menschen, die sich mit Ernährung selbst geheilt hatten.» Mit strikter entzündungshemmender Ernährung überwand sie innerhalb von neun Monaten ihre Fibromyalgie, den Reizdarm und die Endometriose. «Ich fühlte mich wie Phoenix aus der Asche.»

Die Frage, warum sie von den Medizinerinnen nicht über die Ernährung aufgeklärt worden war, liess sie nicht mehr los. «Ich fing an, die Geschichte des Gesundwerdens mit meinem Beruf als Regisseurin zu verbinden.» Bucher begann, Interviews mit anderen chronisch Kranken zu führen, die sich selbst geheilt hatten. Sie konsultierte Ärztinnen, Therapeuten und Spezialistinnen, forschte und fragte nach. «Das Puzzle fing an, sich zusammenzufügen.» Der Grund: «Die Schulmedizin kratzt das Thema Ernährung in der Ausbildung nur an der Oberfläche.» Zudem kommt: «Die Milch- und Fleischindustrie finanziert Prospekte für Krankenhäuser. Die Medizinerinnen und Mediziner werden während des Studiums im Umgang mit Medikamenten, nicht mit lebendigen Nahrungsmitteln geschult. Ich war schockiert.»

Der neue YouTube-Kanal

Diese Erkenntnis traf das Paar Bucher wie ein Blitz und veranlasste es, den Kanal chronisch-ehrlich.ch zu gründen. «Wir wollen chronisch kranken Menschen eine Bühne bieten. Wir wol-

len das Gesicht hinter der Krankenakte zeigen, mit Vorurteilen aufräumen und durch Genesungsgeschichten Hoffnung spenden.» Dass im vergangenen Jahr, als sie den Kanal gerade lanciert hatten, die Pandemie über die Menschen hereinbrach und infolge dessen Massnahmen beschlossen wurden, empfand Bucher als Ironie des Schicksals. «Viele der chronisch kranken Menschen, die wir bisher interviewt haben, leiden an den Langzeitfolgen des Epstein-Barr-Virus.» Sie hoffte, dass die Gesellschaft durch jene Menschen, die mit Langzeitfolgen aufgrund von Corona zu kämpfen hätten, nun auch verständnisvoller in Bezug auf Langzeitfolgen anderer Krankheiten würde. «Und ahört, den Betroffenen Selbstverschulden zu suggerieren.» Denn die Folgen davon seien chronische Müdigkeit, Fibromyalgie, Reizdarmsyndrom, Gehirnnebel, Depression und gar Krebs. Ähnliche Symptome also, wie sie Bucher selbst hatte.

Flüchtlinge am Bahnhof empfangen

Der YouTube-Kanal chronisch-ehrlich fasst mittels persönlicher Berichte zusammen, woran Menschen erkranken. Erläutert anhand verschiedener Forschungen renommierter Professorinnen und Professoren Theorien, wie der menschliche Körper in der Lage ist, sich selbst durch eine bejahende Haltung und die richtige Ernährung zurück ins Gleichgewicht zu bringen. «Es gibt gesundheitsraubende, aber auch lebensbejahende Lebensmittel. Und es gibt gesundheitsraubende oder bejahende Gedanken. Wir alle haben es in der Hand, was wir denken und welche Nahrung wir zu uns nehmen wollen.» Der Kanal sei für alle, so die Kreative, die das Experiment wagten, «dem Körper das zu geben, was er wirklich braucht». Für alle, die verstehen wollten, wie Krankheiten entstünden und wie der eigene Körper natürlich gereinigt und für ein langes und gesundes Leben ausgerüstet werden könne. «Allem voran geht der Wille, Verantwortung für die eigene Gesundheit zu übernehmen und die (Ess-)Gewohnheiten zu ändern.»

Für Priscilla Bucher ist der Kanal ihr neuer Auftrag. Sie will den Menschen

helfen, sie unterstützen. Wohl auch deshalb schrieb sie vor ein paar Jahren das Buch «Kriege sind halt kacke», in dem sie die damals noch bevorstehende Flüchtlingswelle prophezeite. «Als es so weit war, konnte ich nur staunend beobachten, was da gerade geschah.» Um wenigstens etwas zu tun, empfing sie mit ihren Kindern Sienna und Elijah (heute 11 und 12 Jahre alt) die Flüchtlinge am Bahnhof in München.

Jeden Montag und Freitag erscheint ein neues Video. «Wir werden überhäuft mit Anfragen von Menschen, die ihre Heilungsgeschichte erzählen wollen.» Heilung sei möglich. «Die Frage ist nur, wie wir den Körper dabei unterstützen können.» Ernährung dürfe nicht toxisch sein. Die Umwelt spiele eine Rolle. Und: «Wenn wir Stress haben, wird unser Immunsystem gehemmt.» Bucher klärt auf, wie ein achtsamerer Miteinander im gegenseitigen Umgang möglich wird. Das Schönste an ihrer Arbeit sei die schlichte Wahrheit, dass die oder der Geheilte recht habe. «Dem wollen wir das Hauptaugenmerk schenken.»

Zwiesgespräch mit dem Körper

Durch ihre eigene Krankheits- und Heilungsgeschichte habe sie gelernt, «dass mein Körper zu viel mehr fähig ist als ich je dachte. Ich verstand, dass er sich nicht gegen mich wandte.» Durch die Symptome habe er ihr mitgeteilt, dass etwas nicht stimme. Dass sie zu viel Stress zugelassen habe, eine postvirale Belastung nicht überwunden war. Dass sie keine Selbstfürsorge lebe, dafür aber in toxischen Beziehungen. «Mein Körper kämpfte um mich. Doch ich verstand seine Sprache nicht, musste sie erst lernen.» Dies sei ein langwieriger, jedoch wertvoller Prozess gewesen. Chronisch kranken Menschen werde oft eingeredet, sie seien hypochondrisch oder faul. «Wer dem eigenen Körper hilft, lässt Geist und Seele stärken. Mit dem neuen Selbstvertrauen lässt man sich so schnell nichts Negatives mehr einreden.» Sonja L. Bauer

www.chronisch-ehrlich.ch
Instagram: @chronischehrlich
YouTube: chronisch ehrlich