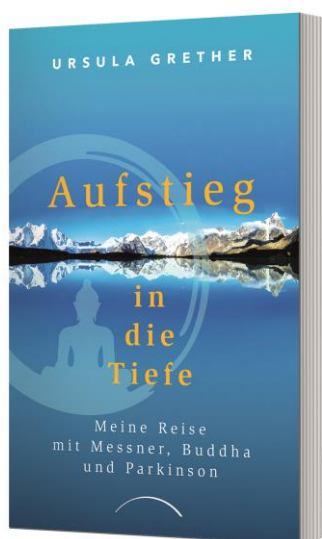


URSULA GREETHER

**Aufstieg in die Tiefe****Meine Reise mit Messner, Buddha und Parkinson**

- ❖ eine lebenskluge Autobiographie, die vor dem Hintergrund eines bewegten Lebens den Kern des Buddhismus offenbart: Im Umgang mit Krisen können wir den Schlüssel zur Freiheit finden
- ❖ die Perspektive einer ganzheitlichen Ärztin auf Heilung
- ❖ spannende Einblicke in die Gefühlswelten der Bergsteiger-Faszination



Ursula Grether  
**Aufstieg in die Tiefe**  
 402 Seiten  
 20 €  
 Erscheinungstermin:  
 September 2019  
 ISBN: 978-3-9588-3396-8

*VON DER FREIHEIT, DIE JENSEITS VON GIPFELN UND TALSOHLEN AUF UNS WARTET*

Schroffe Gipfel, exotische Länder, medizinische Hörsäle - der rote Faden, den die Ärztin Ursula Grether in ihrer Autobiographie „Aufstieg in die Tiefe“ webt, führt mit jeder Seite tiefer in den universellen Kern einer jeden Freiheitssuche. Behutsam beschreibt sie, wie die Jahre an der Seite von Reinhold Messner für sie ein Auftakt sind, konventionelle Wege hinter sich zu lassen und dem Leben als stetem Abenteuer zu begegnen. „Unsere Lebenslinie verläuft nicht linear immer bergauf von einem Höhepunkt zum anderen - so wie unsere moderne westliche Welt es gerne suggeriert. Lebenslinien verlaufen im Kreis oder als Spirale - mit Richtungsänderungen, mit Wendepunkten“, resümiert sie. Das Buch macht Mut, sich die Frage nach dem Sinn immer wieder neu zu stellen. In der Hospizarbeit sowie im Verknüpfen westlicher und tibetischer Weisheit findet Grether einen Resonanzraum für ihre Seelenreise. Mit herzoffener Ehrlichkeit beschreibt sie ihr Ringen, diese Fäden in Einklang zu bringen mit ihrem Bestreben, ihren Kindern eine gute Mutter zu sein und die Partnerschaft lebendig zu halten. „Ein gelebtes Kunstwerk in Vollendung“ - so Messner. Grether zeigt mit viel Einfühlungsvermögen auf, wie das Leben dieses Biographie-Mandala immer wieder mit Krisen durcheinanderpustet, sodass wir fortwährend eingeladen sind, uns der Praxis des Menschseins hinzugeben - bis hin zu den Herausforderungen, die Erkrankungen mit sich bringen. Als Grether von ihrer Parkinson-Diagnose erfährt, bricht eine Welt für sie zusammen - doch die Rückbesinnung auf ihre Wurzeln in Nepal und das mutige Ertasten des neuen Erfahrungsraums führen sie weiter in die Tiefe, bis zum Urgrund der Freiheitsmatrix: „Hingabe ist die einzige Möglichkeit, wenn einem das Wasser bis zum Hals steht“, heißt es im Buch. Eine berührende Lebensgeschichte, die dafür plädiert, aus Alltagsroutinen herauszutreten und den Aufstieg in die Tiefe des Selbst zu wagen.

**ÜBER DIE AUTORIN**

**Ursula Grether**, Jahrgang 1951, begann als Studentin ihre weltumspannenden Reisen, die in über vierzig Länder führten. Dreißigjährig vollzog sie eine Wende, beschäftigte sich intensiv mit Buddhismus, zog zwei Kinder groß, arbeitete in Berlin als Ärztin und Familientherapeutin und gründete mit Freunden einen der ersten deutschen, buddhistischen Hospizdienste. Mit 60 erhielt sie die Diagnose Parkinson.