



Wer kennt ihn nicht, den Bikepark in Albstadt.

Viele die dort öfters unterwegs sind, werden Michaela sicherlich schon ab und zu mit ihrem Hund Rambo dort gesehen haben. Vollbepackt mit ihrer Fotoausrüstung.

Michaela ist sozusagen die Haus- und Hoffotografin vom Bikepark in Albstadt.

Dass nicht alles perfekt läuft im Leben, hat Michaela selber am eigenen Körper erfahren.

Im Interview erzählt sie uns vieles über den Bikepark, die Fotografie aber auch über ihr Leben.

Stelle dich bitte kurz selber vor. Wer bist du und was machst du?

Ich heiße Michaela Estler, bin 29 Jahre alt und wohne in Sigmaringen. Freiberuflich arbeite ich an der Dualen Hochschule in Ravensburg als Dozentin für SAP Software.

Wenn ich nicht gerade an den Wochenenden in Albstadt im Bikepark oder mit meinem Hund unterwegs bin, bin ich meist online anzutreffen, da ich als studierte Wirtschaftsinformatikerin mich schon länger der IT Welt verschrieben habe ☐ Ansonsten krank im Kopf (und zwar echt), gewöhnungsbedürftig, hundverliebt, schlagfertig, pokerspielend, backsüchtig, humorvoll, aber doch ein Stückweit liebenswert ☐

Wie ist die Idee entstanden für den Bikepark Albstadt einen Blog (www.bikepark-blog.de) zu machen, wo es doch schon eine Webseite über den Bikepark gibt.



Schon vor dem Opening im Juni 2009 hatte ich sehr viel mit dem Bikepark Albstadt zu tun, da mein damaliger Mann Hansi mit Holger zusammen die Strecken im Park gebaut hat. Da Hansi selbst DH fährt bin ich damals schon immer bei den Bauarbeiten und später dann an den Betriebstagen mit in den Park gegangen und habe dort angefangen zu fotografieren.

Da mich viele Leute drauf angesprochen haben, wo sie denn die Bilder anschauen könnten, die damals offizielle Webseite des Bikeparks aber extern verwaltet und betrieben wurde, und der Zugriff darauf für mich nur über Umwege möglich gewesen wäre, habe ich damals angefangen für den Bikepark eine Online Galerie zu erstellen.

Alle grundlegenden Informationen, wie z.B. Öffnungszeiten, Preise, etc. waren immer zu dem Zeitpunkt schon auf der offiziellen Bikepark Albstadt Seite zu finden. Relativ schnell wurde aber klar, dass die Besucher mehr aktuelle Infos möchten rund um den Park. Gerade Neues und Aktuelles aus dem Park, was z.B. in Sachen Streckenbau sich tut, was für Events geplant sind, Erfahrungsaustausch etc.

So war die Idee für eine Community Seite und somit den Blog geboren.

Wie gestaltete sich die Umsetzung?

Ich hatte damals schon meinen privaten Blog und somit auch einen Webserver und Webspace. Ich habe mir dann die Webadresse www.bikepark-blog.de gesichert und im ersten Schritt mal für mich Testweise einen



Blog aufgebaut, der noch nicht öffentlich zugänglich war.

Durch meinen privaten Blog war die Einrichtung mit Hilfe der Software WordPress für mich relativ einfach und schnell erledigt.

An den nächsten Betriebstagen habe ich mich dann im Park mit Besuchern unterhalten was für Infos sie sich noch über den Park wünschen würden, was sie gut fänden, und ob sie generell der Idee eine Community Webseite für den Park vorzufinden begrüßen würden, etc.

Die ganzen Anregungen, Vorschläge und Ideen habe ich dann entsprechend programmiert und auf dem Blog umgesetzt.

Zwei Wochen später ging der Blog dann online in seiner ersten Version, das war am 31. August 2009.



Gab es Probleme mit den Betreibern der offiziellen Seite des Bikeparks?

Nein, es gab zu keiner Zeit irgendwelche Probleme. Mit den Betreibern des Bikepark Albstadts, Renate, Holger und Sasso bin ich schon immer sehr gut ausgekommen und sie zeigten sich von Anfang an der Blog Seite gegenüber aufgeschlossen, da sie selbst in der Welt des Internets und der damit verbundenen Möglichkeiten nicht so fit waren, wie es bei mir durch meine Ausbildung und Studium einfach der Fall ist.

Wie kommt der Blog bei den Betreibern des Bikeparks Albstadt an?

Der Blog ist mittlerweile fester Bestandteil des Bikeparks Albstadt und wird auch immer auf allen Broschüren etc. mit Link angegeben.

Er ist die Community Seite des Parks, mit viel familiärer und persönlicher Atmosphäre, auf der sich die Fahrer jederzeit via Chat, Gästebuch, Shoutbox, Forum etc. austauschen können. Die Bikepark Galerie mit den von mir an den Betriebstagen gemachten Fotos wird ebenfalls zentral über den Blog den Besuchern zugänglich gemacht.

2009 und 2010 wurde über den Blog außerdem von mir die komplette Anmeldabwicklung des im Park stattfindenden „Two Way Race“ abgewickelt. Für die Betreiber ist es eine sehr gute Ergänzung zur offiziellen Webseite und ein sehr gutes Werkzeug um Feedback über den Park, die Strecken, die Erfahrungen etc. zu erhalten und für die weitere Entwicklung nutzen zu können.

Der Blog war im Juli 2010 wegen Umbauarbeiten mal für eine Woche offline und es war allen, gerade auch Holger, Renate und Sasso relativ schnell klar, was für eine wichtige Seite dies mittlerweile für den Park geworden ist.

Wie kommt der Blog bei den Besuchern des Bikeparks Albstadt an?

Der Blog erfreute sich vom ersten Online Tag ab an sehr großer Beliebtheit bei den Besuchern. Bereits in der ersten Woche surfen knapp 1000 Leute auf dem Blog vorbei.

Gerade aktuelle Bilder und Artikel aus dem Park, was es Neues gibt in Sachen Streckenbau, Streckenplanungen etc. werden immer wieder und gerne verfolgt.

Durch Gästebuch Einträge, ebenso der Chat, die dort veröffentlichten Strecken- und Parkvideos etc. konnten und können sich viele Neulinge einen ersten Eindruck vom Park und der dortigen Atmosphäre verschaffen.

Ein auch immer wieder gern aufgerufenes Tool ist die im Bikepark Blog integrierte Webcam. Da einige



Besucher doch von weiter her kommen wird morgens immer noch schnell ein Blick auf die Webcam geworfen, wie denn die Lage „vor Ort“ aussieht.

Durch die vorhandene Galerie mit den von mir gemachten Bildern ist für ziemlich jeden Bikepark Besucher ein abendliches Vorbeisurfen nach einem Park Besuch anscheinend Pflicht, da man gerade Samstags und Sonntags gegen Abends immer ein rapides Besucheraufkommen sehen kann ☐



Der Blog ist jetzt, wie der Park selbst in seiner dritten Saison und bis jetzt gab es über 55.000 Besucher auf der Seite - Tendenz stark steigend.

Bis heute habe ich zu 99% nur positives Feedback zum Blog erhalten und viele Besucher freuen sich, eine so unkomplizierte, kostenlose, direkte und persönliche Möglichkeit zu haben sich mit dem Bikepark Albstadt in Verbindung zu setzen und sich darüber informieren zu können.

Ich werde auch immer wieder im Park angesprochen, ob ich jetzt wirklich die Michaela wäre, die den Blog machen würde. Es scheint fast so, dass viele nicht damit rechnen, mich persönlich mal sehen zu können oder sonstiges ☐

Was reizt dich am Bloggen, was macht es für dich Interessant?

Ich habe 2008 angefangen auf meinem privaten Blog zu schreiben. Hintergrund war das Bekanntwerden meiner Krankheit, welches ich so auf diese Art und Weise etwas verarbeiten konnte.

Gleichzeitig konnte ich so aber auch den Menschen, die mich immer wieder per eMail darauf anschrieben, die Möglichkeit geben, sich direkt und selbst je nach Zeit, Lust und Laune über den aktuellen Stand zu informieren, ohne dass ich selbst immer und immer wieder dasselbe erzählen oder schreiben musste.

Ich finde die Möglichkeiten in der Bloggerwelt einfach sehr ausgefallen, gut und nicht sehr starr.

Es gibt viele Webseiten, die einfach nur starre Informationen haben, die für mich aber keinerlei Dynamik bieten, oder sonstiges, was mich animieren würde regelmäßig auf der Webseite vorbei zu surfen.

Ein Blog ist immer etwas persönlicher als klassische Webseiten. Er lebt von seiner Entwicklung und der Spannung, die er mit sich bringt.

Es ist wie eine Art virtuelle Tages- oder Wochenzeitung. Des Weiteren kann ich beim Bloggen so schreiben wie meine Gedanken und Eindrücke gerade sind.

Ich muss keine starren Journalistischen Stilmittel oder sonstiges beachten, sondern kann einfach frisch und frei direkt heraus schreiben, wie mir die Gedanken gerade in den Kopf kommen. Diese Art des Schreibens hat mir immer schon gelegen.

Fährst du selber auch, oder bist du eher der Zuschauer?

Ich fahre nicht selbst. Ich wollte mir ursprünglich Ende 2009 ein DH Bike zulegen, allerdings kam dann mein gesundheitliches Problem mit meinem Untermieter in meinem Kopf dazwischen und die Idee und das Ganze Vorhaben waren relativ schnell gestorben.

Ich habe damals dann für mich beschlossen die ganze Fotografiererei und den Blog ab sofort als meine



Hauptaktivität im Park zu betreiben und mich entsprechend damit intensiver auseinander zu setzen. Mittlerweile füllt mich diese Aufgabe mehr als gut aus und ich rolle ab und an mit einem DH Bike von den Jungs vielleicht noch zu meinem Auto um was zu holen. Ansonsten bin ich aber doch immer zu Fuß im Park unterwegs.

Was fasziniert dich daran, wenn sich Leute auf Fahrrädern den Berg hinunter stürzen?

Ich habe schon immer außergewöhnliche Dinge gemocht.

Es gibt so viele klassische Sportarten, die für mich lange nicht solch eine Dynamik, Abwechslung und Vielfalt wie Downhill vermitteln. Ich finde es immer wieder faszinierend mit an zu sehen wenn Biker und Bike im Rausch der Geschwindigkeit sich auf eine, für Außenstehende nicht nachvollziehbare Art und Weise, Strecken den Berg hinunterstürzen und am Ende dann mit einem zufriedenen Lächeln wieder am Lift anstehen. Auch ist es für mich toll immer wieder zu sehen wie sich manche Fahrer weiterentwickeln, wie sie zum ersten Mal einen, für sie zuerst unüberwindbaren, Sprung schaffen, an sich einfach schneller werden o.ä. Ich habe selten einen Sport erlebt, der so viel Spaß, Euphorie und Interessantheit bietet.

Ich gehe mal davon aus, dass du viele der Fahrerinnen und Fahrer dort kennst. Ist dass eher so ein Zusammentreffen, oder hat sich daraus schon eine Freundschaft entwickelt?



Es gibt da unterschiedliche Konstellationen.

Manche Besucher wissen genau wer ich bin, sprechen mich auch mit meinem Namen an, aber ich kenne sie nicht.

Das liegt daran, dass viele mich durch den Blog, den Bildern von mir etc. bereits vieles über mich und meine Arbeit im Park wissen.

Dann gibt es auch solche, die per eMail ein Bild von sich in Originalauflösung bestellen und dann beim nächsten Bikepark Besuch davon ausgehen, dass ich nun genau weiß wie sie heißen (und das obwohl ich sie noch nie ohne Helm gesehen hab, geschweige denn mir jedes Outfit und jeden Fahrer mit Bike und Helm merke).

Natürlich gibt es auch viel gute Bekannte mittlerweile.

Leute, die regelmäßig im Park vorbeikommen, die ich auch schon häufiger fotografiert habe etc. Ich kenne auch deren Namen, man unterhält sich in der Regel im Park wenn man sich sieht und gut. Mehr aber auch nicht.

Mit einigen der Jungs haben sich aber auch wirklich sehr gute und tiefgründige Freundschaften entwickelt, die ich wirklich nicht mehr missen möchte.

Wir telefonieren häufiger, schreiben über Facebook oder Skype, treffen uns auch außerhalb des Parks, z.B. bei mir zu Hause mal zum Essen etc.

Als ich letztes Jahr umgezogen bin waren meine Jungs (so bezeichne ich die „Clique“ die sich mittlerweile zusammengestellt hat) auch behilflich und ich weiß auch, dass ich jederzeit auf die Hilfe von ihnen zählen kann.

In der Saisonpause habe ich mich mit einigen von ihnen auch für Shootings auf unterschiedlichsten Homespots von ihnen verabredet, mit ihnen einen Stammtisch organisiert und im März war ich mit den Jungs sogar für ein paar Tage in Finale Ligure (IT).

Die anfängliche Bekanntschaft hat sich also weit über den Bikepark hinaus entwickelt und es sind wirklich große Bereicherungen für meinen Alltag, der auch leider durch die Krankheit nicht immer ganz so einfach ist -



danke an dieser Stelle mal an meine Jungs ☐

In dem Blog schreibst du, dass du dort oft zum Fotografieren bist. Was reizt dich daran, bewegte Bilder zu machen?

Seit der Park 2009 geöffnet hat bin ich eigentlich so ziemlich an jedem Betriebstag im Park unterwegs zum Fotos machen.

Ich bin sozusagen die Haus- und Hoffotografin des Bikeparks in Albstadt. Ich habe früher schon immer gerne fotografiert. Aber halt so, wie es viele machen, eher Schnappschuss mäßig auf irgendwelchen Festen oder sonst wo.

Stilleben oder Landschaften fand ich schon damals nicht sonderlich prickelnd, weil ich immer schon gerne aktives Leben und Bewegungen, ebenso Emotionen festhalten wollte.

2009 habe ich meine ersten Gehversuche in Sachen bewegte Bilder im Bikepark gemacht.

Eigentlich mehr als Zeitvertreib, weil mein damaliger Mann selbst auf der Strecke unterwegs war.

Die ersten Bilder waren ziemlich alle unscharf und für mich irgendwie enttäuschend, hatte ich doch „live“ ganz andere Eindrücke etc. von dem Sport im Kopf, wie letzten Endes auf dem Bild vermittelt wurde.

So wurde mein Ehrgeiz dann gepackt die Schnelligkeit, die Dynamik etc. des Sports genau so wie ich sie in Echt erleben konnte auf den Bildern festzuhalten.

Meine Eltern konnten mit Downhill damals nichts anfangen und mein Ziel war es nur anhand von Bildern ihnen zu vermitteln, was dieser Sport alles mit sich bringt.

Hast du in Sachen Fotografie eine Ausbildung?

Die ersten zwei Bikepark Saisons war es bei mir ein klassisches Learning by doing.

Ich habe nie irgendwelche speziellen Vorkenntnisse besessen, schon gar nicht im Bereich der Sport- und Action Fotografie.

Ende 2009 habe ich mir dann meine erste digitale Spiegelreflex Kamera gekauft und im gleichen Atemzug dann noch ein paar Bücher speziell über Sportfotografie. Ich habe dann viel gelesen und auch viel ausprobiert. So hat sich dann über zwei Jahre hinweg so langsam das Feingefühl für die Einstellungen an der Kamera, die Perspektiven für das Foto und der richtige Moment des Abdrückens entwickelt.

Mittlerweile kann ich schon einiges, aber ich denke es ist immer noch Potential nach oben.

Deshalb mache ich seit Anfang März 2011 jetzt noch einen 6 monatigen Fernkurs am Fotografie Institut in Köln.

Ich möchte dort noch weitere Möglichkeiten, teilweise auch tiefere Grundlagen erlernen, die ich mir selbst einfach nicht vermitteln und anlesen kann wegen fehlender Erfahrung.

Der Kurs ist genau so gelegt, dass er mich die ganze Bikepark Saison über „begleiten“ wird und ich so eine sehr gute Verbindung von Theorie und Praxis mit einer hohen Wissensausnutzung für mich selbst erreichen kann.

Wie sieht dein Equipment aus?

Seit März 2011 besitze ich nun eine Nikon D7000, zwei Nikkor Objektive (18-105 VR 70-300 VR) dazu außerdem den dazugehörigen SB-900 Speedlight Blitz, ein 8mm Fisheye Objektive, diverse Filter, Stative, noch zwei zusätzliche externe Funkblitze und sonstiges Zubehör.

Gibt es einen Fahrer / eine Fahrerin, die du besonders gerne vor der Linse hättest?

Es gibt sicherlich viele, die an dieser Stelle irgendwelche Namen wie Sam Hill, Gee Atherton oder sonst wen



erwarten. Klar wäre es eine Ehre mal ein Bild von den Herrschaften zu machen, bei dem ich dann sagen kann: He Leute, das habe ich gemacht! Aber darum geht es mir bei meiner Fotografie nicht.

Ich möchte nach wie vor einfach den Spaß, die Atmosphäre, die Dynamik etc. des Sports auf meinen Bildern festhalten.

Und deshalb fotografiere ich grundsätzlich gerne Fahrer, die für mich genau das zum Ausdruck bringen.

Das kann wegen mir auch eine mir unbekannte Person sein, die jetzt am Wochenende z.B. das erste Mal bei uns in Albstadt im Park ist.



Was ist für dich das perfekte Bild?

Für mich ist, aus fotografischer Sicht, ein Bild dann perfekt, wenn es keinerlei Nachbearbeitung bedarf, weil die Belichtung, die Farben und einfach alles darauf genau so den Moment, in dem es gemacht wurde, wiedergeben.

Was ich immer gerne auf Bildern habe ist, wenn die Fahrer leuchtende Outfits anhaben. Ich mag es nicht sonderlich jemanden mit schwarzem Helm, schwarzem Trikot, schwarze Hose und am besten noch schwarzem Bike vor Tannenbäumen oder im Wald zu fotografieren. Diese Bilder wirken für mich immer trist und teilweise, auch wenn vielleicht ein guter Sprung zu sehen ist, langweilig und fad.

Es muss nicht immer irgendein spektakulärer Sprung zu sehen sein. Ein perfektes Bild kann für mich auch nur aus dem konzentrierten Blick des Fahrers bestehen, wo sich evtl. sogar noch teilweise die vor ihm liegende Strecke in seinen Brillengläsern spiegelt.

Ein Bild ist für mich dann perfekt, wenn ich beim Abdrücken, ohne dass ich das Bild bereits gesehen habe, eine Gänsehaut habe und weiß: Ja es war der richtige Moment!

Was macht aus deiner Sicht, einen guten Fahrer / eine gute Fahrerin aus?

Für mich zeichnet einen guten Fahrer aus, dass er/sie sich voll und ganz mit sich und dem DH Fahren identifizieren kann, d.h. absolut Spaß am Fahren hat (egal wie schnell), dabei nicht sich selbst und das eigene Können maßlos überschätzt und mit entsprechenden Protektoren fährt und diese nicht weglässt, weil es nicht stylisch aussieht.

Ich habe in Albstadt schon einige Fahrer gesehen, die gerade dann wenn sie wissen, dass fotografiert wird, Sprünge springen und versuchen dort zu posen, obwohl ihr Können dazu noch lange nicht ausreicht.

Des Weiteren machen einige Fahrer auch selten zwischen den ganzen Runs Pausen und fahren sich so bis an den Rand der totalen Erschöpfung, was meist mit einem nicht ganz ungefährlichen Sturz oder ähnlichem dann



endet.

So etwas finde ich nicht sonderlich verantwortungsbewusst, sondern einfach schade, weil der Downhill Sport bei Außenstehenden so schnell als zu gefährlich etc. verschrien wird, obwohl die Stürze hätten mit ein bisschen Verstand im Hirn verhindert werden können.

Wie nah kommst du an die Szene ran um gute Bilder machen zu können?

So nah, dass es manchmal nicht ganz schmerz- oder dreckfrei von statten geht ☐

Ich hatte schon häufiger blaue Flecken, total verdreckte und verstaubte Klamotten, so wie auch einige Kratzer, Schrammen oder ähnlichem. Als schlimmste „Verletzung“ hatte ich bisher eine angebrochene Rippe, die ist aber auch wieder gut verheilt.

Ich bin schon immer ziemlich dicht am Geschehen dran. Ich finde Bilder aus der Ferne manchmal schon ganz gut, aber ich finde es immer schwer auf die Distanz die Dynamik etc. einzufangen.

Von daher bin ich lieber immer mittendrin statt nur dabei.



Wirst du auch mal von Fahrern bzw. Fahrerinnen angesprochen, damit du von ihnen ein Bild machen kannst?

Oh ja, das passiert eigentlich ständig.

Je nach dem wo ich gerade an der Strecke entlang laufe rufen mir häufiger Fahrer z.B. aus dem Lift zu, wo ich als nächstes zum Fotografieren hingeh.

Auch wenn ich morgens in den Park komme und mit meiner Fotorunde beginne werde ich häufig darauf angesprochen, an welchen Stellen ich heute den Tag über zum Fotos machen stehe.

Dort ist dann meist ein stärkeres Fahreraufkommen zu bemerken ☐

Viele schieben auch, nachdem sie an mir vorbeigefahren sind noch einmal ein Stück die Strecke zurück um ein erneutes Foto zu bekommen.

Du hast auch einen privaten Blog (www.michaela-estler.de) auf welchem du sehr viel Privates über dich erzählst.

Leider sind nicht alle Dinge dort so lustig wie es scheint.

Wie gehst du mit dem Ganzen um. Da du es auf deinem Blog ja ansprichst, nimm ich mal an, dass du kein Geheimnis daraus machst.



Das ich krank bin ist kein Geheimnis. Zumindest mache ich keines daraus. Und dass dann nicht alles rosig ist in meinem Leben ist denke ich auch naheliegend. Durch meine Krankheit bin ich auch eigentlich erst zum Bloggen gekommen. Im Juni 2008 wurde bei mir im Kopf ein nicht sehr angenehmer Untermieter, wie ich es nenne, festgestellt. Damals haben mich immer wieder Freunde, Bekannte und Arbeitskollegen dann angeschrieben, wie es mir denn gehen würde usw. Und irgendwann habe ich immer nur noch die Antwort E-Mails kopiert, bzw. wie eine Art Verteiler gemacht, weil ich es leid war ständig dasselbe zu schreiben. Dann kam mir die Idee mit dem Blog. Ich schreibe so immer aktuell was es von mir, meinem Untermieter und meinem Leben so Neues gibt und die Leute, die es interessiert, können dann, wenn sie Zeit haben es einfach nachlesen. Zu Beginn, als meine Krankheit diagnostiziert wurde und der Blog noch nicht bestand, hatte ich glaub fast dreißig unterschiedliche Krankheiten, weil jeder immer in irgendeiner Form irgendwas dazu gedichtet hat und die Gerüchteküche heftigst brodelte. Und der Sache war ich einfach leid und habe dann beschlossen, den Leuten, die sich für mich und meine Krankheit interessieren, die Möglichkeit zu geben sich direkt aus erster Hand zu informieren. Mir persönlich ist es auch lieber wenn mich Leute direkt fragen wenn sie unsicher sind bezüglich meiner Krankheit, wenn sie etwas nicht verstehen oder sonstiges. Es hat sich herausgestellt, dass viele, die nicht nachgefragt haben, sich selbst so ein wirres Bild über meinen Untermieter zusammen gesponnen haben, dass ich eigentlich schon gut wie tot in deren Augen war.

Wie verkraftet man so was? Ich meine wie reagiert man, wenn man so einen Befund erhält? Wie geht man damit um?

Die Diagnose 2008 kam ziemlich überraschend und hat mich ziemlich schwer getroffen. Ich war damals gerade mal 26 Jahre alt. Ich hatte eben erst geheiratet, ein abgeschlossenes Wirtschaftsinformatik Studium, einen tollen Job und viele Pläne und Ziele. Ich war viel im Ausland unterwegs, habe dort SAP in Unternehmen eingeführt und gute Aufstiegs- und Entwicklungschancen. Am Anfang dachte der Arzt, dass ich einfach eine Nasennebenhöhlen Entzündung habe, dass es sich aber letzten Endes um einen Untermieter mit einer damaligen Größe von 8 x 10 x 6 cm handelt, hätte niemand auch nur ansatzweise gedacht. Seit dem Tag der Diagnose durfte ich auch nicht mehr arbeiten gehen. Meine 60 Stunden Woche wurde auf ein Schlag eine 0 Stunden Woche zu Hause. So was ist hart und ich hatte das ehrlich gesagt zu Beginn für einen mehr oder minder schlechten Witz gehalten. Ich bin dann zu unzähligen Ärzten gepilgert, habe eine schwere OP auf mich genommen und was weiß ich nicht alles. Zuerst war die Vision, dass ich nach der OP noch ca. 2 Monate zu Hause bleiben müsse und dann wieder in



mein altes Leben zurückkehren könnte, aber da hatten sich alle getäuscht. Die OP brachte nicht das gewünschte Ergebnis, mein Untermieter ist heute noch (größer denn je) in meinem Kopf vorhanden und mein Leben hat sich komplett geändert.

Ich bin voll berentet, darf also bis auf meinen 400 Euro Job als WI Dozentin nicht mehr arbeiten, muss zwei Mal die Woche zur Physio Therapie gehen, lebe mittlerweile alleine usw.

Die Krankheit hat mein damals so geordnetes Leben komplett verändert.

Dass das nicht einfach war und auch heute manchmal nicht einfach für mich ist, steht denke ich außer Frage. Mittlerweile habe ich mich ganz gut damit arrangiert.

Ich habe gelernt, dass auch ich manchmal einfach schwach sein darf und mir eine Pause genehmigen muss, weil mein Körper sich sonst relativ schnell dafür rächt.

Außerdem habe ich meine Prioritäten im Leben anders gesetzt. Vieles was für mich früher im Leben enorm wichtig war sehe ich mittlerweile anders. Ich bin schon froh wenn ich einen Tag mal einigermaßen Kopfschmerzfrei verbringen kann, freue mich über Dinge, die ich früher zu häufig als selbstverständlich angesehen habe, etc.



Meine Oma sagte einmal zu mir: „Michaela versuche Abends immer mit einem zufriedenen Gefühl ins Bett zu gehen - und zwar zufrieden mit dir und dass du deinen Tag für dich optimal genutzt hast!“

Früher war ich immer der Ansicht, dass ich den Tag optimal genutzt habe, wenn ich möglichst viel Arbeit von meinem Schreibtisch wegbekommen habe, heute weiß ich dass das absoluter Blödsinn war.

Für mich kann ein Tag auch schon optimal genutzt sein, wenn ich ein tolles Bild mache, wenn ich Spaß im Park hatte, viel gelacht habe, wenn mein Hund Fortschritte in seiner Physiotherapie macht oder sonstiges. Ich bin mit kleinen Dingen und kleineren Schritten viel zufriedener als früher.

Als kleine tägliche Erinnerung daran den Tag optimal immer zu nutzen habe ich mir deshalb auch den Ausdruck „Carpe Diem“ (lat. für „Nutze den Tag“) auf meinen linken Innenarm tätowieren lassen. So sehe ich es jeden Morgen im Bad wenn ich mir meine Haare mache etc.

Die Chancen auf Heilung sind bei mir mittlerweile unter 1%, dafür das Hirnschlagrisiko aber über 95%.

Da ist ein Umdenken und Neuorientieren einfach erforderlich.

Ich werde häufig gefragt woher ich die viele Kraft habe, trotz allem doch meist noch so gut gelaunt sein kann usw. Nun ja, das Bloggen und offen drüber reden hilft mir viel.

Ich habe so viel Akzeptanz und Verständnis von Menschen erfahren, die mich jetzt zwar wegen der Krankheit „anders“ behandeln, aber nicht irgendwie aussätzig oder so.

Sie akzeptieren mich so wie ich jetzt bin und wenn manches einfach mal nicht geht, dann ist das auch kein Problem. Ein starkes Umfeld und gute Freunde, sowie die Familie ist ein ziemlich wichtiger Aspekt in meinem Leben. Es gibt genug Rückschläge und Tiefen, aber bisher konnte ich alles doch recht gut dank dem Rückhalt schaffen.

Ist der Bikepark-Blog bzw. das Fotografieren auch so eine Art Therapie für dich?

Als klar war, dass ich nicht mehr in meinen alten Beruf zurück kann hatte ich einen echt heftigen



Durchhänger.

Zu dem Zeitpunkt hat dann bei uns in Albstadt gerade der Bikepark eröffnet.

Mein damaliger Mann Hansi war immer beim Streckenbau dabei und so war ich damals schon häufiger mit im Park. Kurz vor dem Opening hatte ich mir eine neue Digitalkamera gekauft und wollte die an dem ersten Betriebswochenende ausprobieren. Ich wurde dann von vielen Fahrern darauf angesprochen ob es möglich wäre die Bilder zu sehen und habe super Feedback dazu bekommen.

Da ich sowieso jedes Betriebswochenende im Park war gehörte meine Kamera dann ab sofort immer dazu und ich bin mit meinem Hund Rambo im Park umhergepilgert.

Für mich war und ist es nach wie vor toll im Park zu sein. Die Fotografiererei und der Blog ist etwas, was ich trotz Krankheit noch einigermaßen gut machen kann.

Ich habe neue Ziele für mich, in Form von Weiterentwicklungen bei den Bildern, bekomme Feedback und Bestätigung, werde aber gleichzeitig auch gefordert und fühle mich so wieder mehr oder minder gebraucht und habe für mich eine Aufgabe.

Für mich ist es schön an den Wochenenden mit den Jungs im Park Spaß zu haben, den Fahrern mit Bildern vom Tag eine schöne Erinnerung zu geben und den Spaß festzuhalten.

Ich habe durch das Fotografieren gelernt manche Dinge, auch gerade Mimiken, Gesten oder sonstiges bewusster und intensiver zu sehen.

Wirst du oft darauf angesprochen?

Auf meine Krankheit? - Nein, eigentlich weniger. Die Leute, die darüber Bescheid wissen machen da nicht so einen Hehl daraus, bzw. behandeln mich so gut wie immer normal.

Für mich ist das auch ein gutes Gefühl - zum einen zu wissen, dass wenn mir jetzt was passiert jemand da ist der Bescheid weiß und handeln kann - zum anderen zu wissen, dass ich jetzt deshalb aber nicht wie ein rohes Ei behandelt werde.

Die Leute, die es im Park irgendwie per Zufall mitbekommen glauben das meist im ersten Schritt gar nicht, weil man es mir so als Außenstehender auch eigentlich nicht so wirklich ansieht. Die Meisten trauen sich dann auch gar nicht weiter zu fragen und von daher ist meine Krankheit eigentlich eher seltener ein Thema.

Was wünschst du dir für die Zukunft?

Ich bin an sich eigentlich mit meinem derzeitigen Leben zufrieden.

Ich kann mich selbst noch gut alleine versorgen, habe einen tollen Hund, eine schöne Wohnung, lebe schuldenfrei, habe eine super Familie, tolle und unbezahlbare Freunde und ich denke ein nicht ganz langweiliges Leben.

Der einzige Wunsch, den ich momentan habe ist, dass ich all das noch eine Weile erleben darf und mein Untermieter mir nicht in zu naher Zukunft das Licht ausschaltet.

Es heißt nicht um sonst „Der gesunde Mensch hat tausend Wünsche - der Kranke nur einen..“





Hier kannst du den Besuchern noch mitteilen, was du möchtest

Genießt das Leben und nehmt Euch häufiger Zeit für Euch selbst und Eure Wünsche.
Es ist immer besser im Augenblick zu Leben und nicht in der Zukunft, denn keiner von Euch weiß wie dieses Kapitel aussehen und geschrieben sein wird.

Link zum Bikepark Blog

Link zu Michaelas Blog

*Vielen Dank an dieser Stelle an Michaela für den interessanten und ernüchternden Einblick in dein Leben.
Falls jemand eine Frage an Michaela hat, dann bitte einfach als Kommentar hier posten.
Sobald sie Zeit hat, wird sie sich um die Antworten kümmern.*

