



Mario Volkmann

AUSGESPIELT

**RAUS AUS DER
SPIELSUCHT**

Wie ich viele Jahre abhängig war, ein Vermögen
verzockt und den Weg aus der Sucht gefunden habe.

KORDONI

Mario Volkmann

AUSGESPIELT

**RAUS AUS DER
SPIELSUCHT**

KORDONI

Impressum

Ausgespielt: Raus aus der Spielsucht. Copyright 2024 ©
Kordoni Multimedia Verlag, Mario Volkmann | Erste Auflage

Herausgeber. Kordoni Multimedia Verlag | Verlautenheidener
Str. 113 | 52080 Aachen | Germany | www.kordoni.de

Autor. Mario Volkmann | www.mariovolkmann.info

Konzept, Gestaltung und Umsetzung. JueWi | Zoran Karavla
| Mohammad Alnady | Soneyaa Uthayakumar

Alle Rechte vorbehalten. Das Werk einschließlich aller seiner Teile ist urheberrechtlich geschützt. Jede Verwertung, die nicht ausdrücklich vom Urheberrechtsgesetz zugelassen ist, bedarf der vorherigen Zustimmung des Herausgebers.

Das gilt insbesondere für Vervielfältigungen, Bearbeitungen, Übersetzungen, Mikroverfilmungen und die Einspeicherung und Verarbeitung in elektronischen Systemen.

Die Wiedergabe von Gebrauchsnamen, Handelsnamen, Warenbezeichnungen usw. in diesem Werk berechtigt auch ohne besondere Kennzeichnung nicht zu der Annahme, dass solche Namen im Sinne der Warenzeichen- und Markenschutz-Gesetzgebung als frei zu betrachten wären und daher von jedermann benutzt werden dürften.

Herausgeber und Autoren haben den Inhalt mit großer Sorgfalt überprüft, können jedoch keinerlei Gewähr oder Haftung für eventuelle Fehler, wiedergegebene Links und deren Inhalte

oder abweichende Ergebnisse übernehmen.

Feedback, Hinweise und Anregungen werden gerne
entgegengenommen unter support@kordoni.de.

Printed for you with love ♥



ISBN Hardcover: 978-3-96945-281-3



ISBN Softcover: 978-3-96945-282-0



ISBN Audio-Book: 978-3-96945-283-7



Kontakt & Bestellung.

www.kordoni.de/mario-volkmann1



Inhaltsverzeichnis

Vorwort.....	9
Was bedeutet eigentlich Spielsucht und welche Auswirkungen kann sie haben?.....	13
Mein Weg in die Sucht	23
Verheimlichung und Isolation.....	37
Der Wendepunkt.....	51
Wie ich tatsächlich der Sucht entkam.....	63
Rückschläge und Widerstände.....	77
Die Wiedergutmachung.....	89
Ein Neuanfang.....	99
Stimmen von Familie und Freunden.....	109
Danksagung & Schlusswort.....	115
30 Tage Erfolgsjournal	119

⋮ Vorwort

Liebe Leserin, lieber Leser,

ich freue mich aufrichtig, dass du dich dazu entschieden hast, dieses Buch über meine Erfahrungen im Umgang mit der Spielsucht zu lesen. Ich möchte nicht nur Menschen ansprechen, die selbst mit einer Spielsucht kämpfen, sondern auch jene, die als Angehörige die Auswirkungen der Sucht miterleben. Eine Spielsucht kann verheerende Folgen für das Leben von Betroffenen und ihren Mitmenschen haben. Als ich selbst damit konfrontiert war, wurden die grundlegenden Säulen meines Lebens – Familie, Freundschaft, Beziehungen und Finanzen – schwerwiegend beeinträchtigt. Durch meine Recherchen und persönlichen Erfahrungen habe ich die tiefgreifenden Konsequenzen dieser Sucht erkannt und erfahren, wie sehr sie die verschiedenen Aspekte unseres Lebens beeinflussen kann, wenn man nicht rechtzeitig gegensteuert. Der Weg zur Überwindung der Spielsucht ist nicht nur herausfordernd, sondern oft auch einsam. Dennoch kannst du es schaffen, sei nur für dich bereit, diesen Weg zu gehen. Eine therapeutische Begleitung spielt dabei eine entscheidende Rolle und ist oft unumgänglich.

In diesem Buch teile ich nicht nur meine eigenen Erfahrungen und Berichte, wie ich der Sucht verfiel, wann ich sie bemerkte und wie ich schließlich den Weg zur Veränderung einschlug. Ich erzähle auch davon, wie meine Angehörigen mit meiner Sucht umgingen und welche Unterstützung ihnen geholfen hat. Ich hoffe, dass meine Geschichte dich inspirieren wird und dass du durch dieses Buch die Motivation findest, deine Spielsucht zu überwinden oder einem anderen Menschen auf seinem Weg zur Genesung beizustehen. Es ist nie zu spät für eine positive Veränderung. Dieses Buch kann dich auf dem Weg dorthin unterstützen.

Mit herzlichen Grüßen
Dein Mario Volkmann

PS: In diesem Buch wird bewusst auf eine geschlechtsspezifische Sprache verzichtet, jedoch werden alle Personen mit höchstem Respekt und Anerkennung angesprochen.

Kapitel 1

Was bedeutet eigentlich Spielsucht und welche Auswirkungen kann sie haben?

Bevor wir in meine Geschichte einsteigen, möchte ich etwas über die Spielsucht im Allgemeinen erzählen, denn ich möchte auch diejenigen ansprechen, die nicht selbst spielsüchtig sind, aber dennoch damit zu tun haben. Also schauen wir uns in diesem Kapitel an, was Spielsucht bedeutet und wie sie unser Leben beeinflussen kann.

Da ich kein studierter Therapeut und auch kein Wissenschaftler auf diesem Gebiet bin, habe ich verschiedene Medien genutzt, um die Inhalte zusammenzutragen, und meine persönlichen Erfahrungen mit einfließen lassen. Ich zeige dir außerdem ein paar Fallbeispiele, um dir das Thema Spielsucht näherzubringen und um dir die Möglichkeit zu geben, dich vielleicht in anderen wiederzuerkennen und zu verstehen, warum wir Menschen überhaupt Süchten verfallen.

Wusstest du, dass 1,3 Millionen Menschen in Deutschland spielsüchtig sind und der Staat damit zuletzt 5,2 Milliarden Euro Steuern eingebracht hat? Und sehr wahrscheinlich ist die Dunkelziffer noch deutlich höher. Was für eine krasse Zahl! Vielleicht wird dir, genauso wie mir, in diesem Moment klar, warum so wenig gegen die Glücksspielindustrie getan wird

oder warum die Unterstützung für Spielsüchtige (aus meiner Sicht) mangelhaft ist. Wichtig ist aber, sich bewusst zu machen, dass die Schuld einer Sucht in erster Linie immer bei der Person selbst liegt und nicht im Außen. Das ist auch bei anderen Süchten so, wie beispielsweise bei Alkohol und Zigaretten. Hier sind die Zahlen mit Sicherheit genauso erschreckend und sollten alarmierend sein. Je länger ich darüber nachdenke, desto mehr wird mir bewusst, was hinter dieser Milliardenindustrie tatsächlich steckt und warum die Hilfen für Suchtkranke sowie die Präventionsmaßnahmen so überschaubar sind.

Aber was genau bedeutet Spielsucht eigentlich?

Die klassische Definition besagt: Spielsucht oder pathologisches Glücksspiel ist ein Verhaltensmuster, bei dem jemand trotz der negativen Konsequenzen zwanghaft spielt. Die Spielsucht betrifft Millionen von Menschen auf der ganzen Welt und kann schwerwiegende Folgen für die Betroffenen und ihre Familien haben. Menschen mit Spielsucht haben oft Schwierigkeiten, ihr Spielverhalten zu kontrollieren, und setzen ihr Geld auf Glücksspiele, um ihre Stimmung zu verbessern.

Die folgenden Symptome können auf eine Spielsucht hindeuten:

1. Der ständige Drang, Zeit und Geld in Glücksspiele zu investieren
2. Das Gefühl, immer mehr Geld zu benötigen, um das gleiche Glücksgefühl zu erreichen
3. Die Verleugnung des Problems und die Unfähigkeit, das Spielverhalten zu kontrollieren
4. Die Verwendung von Glücksspielen als Bewältigungsstrategie für emotionale Probleme wie Angst, Stress

oder Depressionen

5. Negative Auswirkungen auf wichtige Lebensbereiche wie Arbeit, Beziehungen und Finanzen

Menschen mit Spielsucht erleben oft eine unkontrollierbare Anziehung zum Glücksspiel. Sie hoffen, damit ihre Stimmung zu verbessern oder dem Alltag zu entfliehen. Die nachstehenden Beispiele zu den aufgeführten Symptomen sollen ein bildhafteres Verständnis für Spielsucht vermitteln:

- Der ständige Drang, Zeit und Geld in Glücksspiele zu investieren: Stellen Sie sich vor, ein Mann steht in der U-Bahn, sein Blick klebt an dem Bildschirm seines Smartphones. Um ihn herum herrscht der Lärm des morgendlichen Pendelverkehrs, doch er ist vollkommen vertieft in eine Online-Wett-App, setzt seine letzten zwanzig Euro, während sein Herzschlag beschleunigt. Er spürt, wie der Druck des Tages nachlässt und ihn eine berauschende Vorfreude auf den möglichen Gewinn erfüllt.
- Das Gefühl, immer mehr Geld zu benötigen, um das gleiche Glücksgefühl zu erreichen: Eine Frau sitzt alleine am Automaten in einer düster beleuchteten Spielhalle. Anfangs reichten kleine Beträge für einen Kick, doch nun steckt sie Hunderte von Euros ein, um dem Hochgefühl der ersten großen Gewinne nachzujagen, das nun immer seltener eintritt.
- Die Verleugnung des Problems und die Unfähigkeit, das Spielverhalten zu kontrollieren: Ein Familienvater lügt bei einem Familientreffen, erzählt von einem unerwarteten Geschäftserfolg, während er in Wirklichkeit seine Hypothek verspielt hat. Er glaubt, er habe sein Spiel unter Kontrolle und nächstes Mal laufe alles anders.
- Die Verwendung von Glücksspielen als Bewältigungs-

strategie für emotionale Probleme wie Angst, Stress oder Depressionen: Nach einem langen und stressigen Arbeitstag findet eine junge Frau Trost im Blinken und Piepen der Spielautomaten. Die Welt außerhalb mit ihren Sorgen und Ängsten verschwimmt für diese flüchtigen Momente.

- Negative Auswirkungen auf wichtige Lebensbereiche wie Arbeit, Beziehungen und Finanzen: Ein junger Mann verliert seinen Job, weil er wiederholt Arbeitszeiten verpasste, zu spät kam oder sich während der Arbeitszeit mit Online-Wetten beschäftigte. Seine Beziehung leidet, da er immer mehr Zeit und Geld in sein Laster statt in gemeinsame Unternehmungen investiert, und die Mahnungen unbezahlter Rechnungen stapeln sich auf dem Küchentisch.

Welche Ursachen hat eine Spielsucht?

Die Spielsucht kann durch eine Kombination von genetischen, biologischen, psychologischen und sozialen Faktoren verursacht werden. Menschen, die anfällig für Spielsucht sind, können auch an anderen Suchterkrankungen wie Alkohol- oder Drogensucht leiden. Die folgenden Faktoren können das Risiko einer Spielsucht erhöhen:

Spielsucht oder andere Suchterkrankungen in der Familie: Wenn ein Kind in einer Familienumgebung aufwächst, in der ein Elternteil regelmäßig in Spielhallen verkehrt oder oft zu Alkohol greift, um mit Stress umzugehen, nimmt ein Kind diese Gewohnheiten als normal wahr. Als Erwachsener findet es sich dann vielleicht regelmäßig selbst vor dem Spielautomaten wieder, gefangen in einem Zyklus, der ihm vertraut ist.

Mangel an emotionaler Unterstützung oder sozialer Integration: Menschen, die sich isoliert und alleingelassen fühlen,

keine Freunde oder Verwandte haben, an die sie sich wenden können, können Trost und Ablenkung in Online-Casinos finden, wo sie für kurze Zeit ihre Einsamkeit vergessen können.

Veranlagung zu impulsivem Verhalten und Risikobereitschaft: Adrenalinjunkies sind stets auf der Suche nach dem nächsten Kick und lieben das Risiko und die Spannung, die das Glücksspiel bietet. Diese Vorliebe für den Nervenkitzel kann jedoch zu einer Abwärtsspirale führen, wenn Einsätze immer höher und die Verluste immer schmerzhafter werden.

Schwere psychische Erkrankungen wie Depression oder Angststörungen: Für Menschen, bei denen Depressionen diagnostiziert wurden und denen es schwerfällt, Freude zu empfinden, ist das Glücksspiel eine der wenigen Aktivitäten, die Aufregung oder eine kurzzeitige Erleichterung von der ständigen Niedergeschlagenheit bieten.

Genetische Veranlagung, die von Geburt an vorhanden ist: Hochsensible Menschen haben ein erhöhtes Risiko, süchtig zu werden. Das liegt an der ständig erhöhten Reizüberflutung und dem damit verbundenen Wunsch, diese zu reduzieren, zu betäuben oder zu übertünchen.

Wie ist die Prävalenz bei der Spielsucht?

Die Spielsucht ist ein weitverbreitetes Problem in vielen Ländern der Welt. Nach Schätzungen der Weltgesundheitsorganisation (WHO) beträgt die Prävalenz der pathologischen Spielsucht bei Erwachsenen weltweit etwa 1 %. Die Prävalenz kann jedoch in verschiedenen Ländern und Regionen stark variieren. In Deutschland wurde im Jahr 2017 eine Studie zur Glücksspielsucht durchgeführt. Laut dieser Studie waren etwa 0,37 % der deutschen Bevölkerung im Alter von 16 bis 70 Jahren von pathologischem Glücksspiel betroffen. Darüber hinaus waren etwa 0,69 % der Bevölkerung gefährdet, ein

problematisches Spielverhalten zu entwickeln. In den USA schätzt das National Council on Problem Gambling (NCPG), dass etwa 1 % der erwachsenen Bevölkerung von pathologischem Glücksspiel betroffen ist und weitere 2 bis 3 % gefährdet sind, ein problematisches Spielverhalten zu entwickeln.

Wie wirkt sich die Spielsucht aus?

Die Spielsucht ist somit ein ernstes Problem, das Millionen von Menschen auf der ganzen Welt betrifft. Sie kann sich auf verschiedene Arten manifestieren, beispielsweise über Spielautomaten, Sportwetten, Online-Glücksspiele und Lotteriespiele. Der Zugang zu Online-Glücksspielen hat die Spielsucht in den letzten Jahren verschärft, da sie jederzeit und überall verfügbar sind. Menschen mit Spielsucht können erhebliche finanzielle Probleme haben, da sie ihr Geld in Glücksspiele investieren und oft größere Summen verlieren. Das kann zu Schulden und zum Verlust vom Arbeitsplatz oder Wohnsitz führen. Die Auswirkungen der Spielsucht zeigen sich jedoch nicht nur finanziell, sondern auch sozial und emotional. Die Spielsucht kann Beziehungen zu Freunden und zur Familie beeinträchtigen und betroffene Menschen haben oft Schwierigkeiten, sich sozial zu integrieren.

Darüber hinaus kann die Spielsucht auch zu psychischen Erkrankungen wie Depressionen, Angstzuständen und Suizidalität führen. Es ist wichtig, sich bewusst zu machen, dass die Spielsucht keine moralische Schwäche ist, sondern eine anerkannte psychische Erkrankung, die eine professionelle Behandlung erfordert. Glücklicherweise gibt es viele Behandlungsmöglichkeiten, einschließlich Beratung, Selbsthilfegruppen und medikamentöser Therapie. Je früher eine Person Hilfe in Anspruch nimmt, desto besser sind die Chancen, die Spielsucht zu überwinden.

Doch meine Erkenntnisse als Coach zeigen, dass man eine Sucht nicht einfach durch Tabletten oder eine einfache Beratung loswird. Denn es ist so: Wenn man einem Körper, einem Kopf und einem Geist eine Sucht entzieht, erschafft man eine Lücke in dem System – und das mag das System nicht, Lücken müssen geschlossen werden. Nun kann eine Therapie die Sucht beenden, aber unter Umständen einer neuen Sucht Raum geben. Hier ist also eine Umprogrammierung notwendig, die die Sucht nimmt und Platz für etwas Neues, Erfreuliches, Suchtfreies schafft.

Durch mehr Bewusstsein, Aufklärung und Behandlungsmöglichkeiten können wir hoffentlich dazu beitragen, die Ausbreitung der Spielsucht zu reduzieren und den Menschen zu helfen, die davon betroffen sind. Die Spielsucht ist ein weitverbreitetes Problem, das eine ernsthafte Belastung für die Betroffenen und ihre Familien darstellt.

Hier sind einige der häufigsten Auswirkungen von Spielsucht auf Angehörige:

1. Wenn jemand süchtig nach Spielen ist und Geldprobleme hat, kann das auch Auswirkungen auf die Finanzen von Familienmitgliedern haben. Manchmal müssen sie Schulden machen, um dem Betroffenen zu helfen oder um ihre eigenen Geldsachen zu regeln.
2. Spielsucht kann dazu führen, dass die Familienmitglieder traurig oder gestresst sind. Sie machen sich Sorgen um den Betroffenen und fühlen sich hilflos.
3. Wenn jemand spielsüchtig ist, kann das zum Streit mit Familienmitgliedern oder Freunden führen, besonders wenn der Betroffene Geld von der Familie oder Freunden ausleiht oder stiehlt.
4. Die Spielsucht kann dazu führen, dass der Betroffene viel Zeit und Energie von seinen Familienmitgliedern in

Anspruch nimmt, die deshalb vielleicht wichtige Dinge nicht erledigen oder sich nicht um andere Leute kümmern können.

Die Spielsucht kann bei Familienmitgliedern zu Stress, Trauer und Angst führen. Angehörige von Betroffenen benötigen daher ebenfalls Hilfe und Unterstützung, um mit den Auswirkungen der Spielsucht umzugehen. Angehörige sollten sich nicht schuldig fühlen, sondern professionelle Hilfe und Beratung suchen, um ihre eigene psychische Gesundheit zu schützen und ihre Beziehung zu dem Betroffenen zu verbessern.

Deine Familie, Partner, Freunde sind diejenigen, die es am wenigsten verstehen, weil sie dich kennen, aber es sind auch diejenigen, die dir am meisten helfen können, diese Sucht in den Griff zu bekommen. Und deshalb ist es wichtig, sie mit ins Boot zu holen.

Dieser Prozess, also über die Spielsucht zu schreiben, diese Zeilen zu verfassen, hilft mir, noch einmal mit dem Thema abzuschließen, es aufzuarbeiten und das Positive daran zu sehen. Nun möchte ich dir damit nicht sagen oder vermitteln, dass du auch ein Buch schreiben solltest. Aber vielleicht hilft es dir, deine Gedanken zu notieren. Vielleicht hilft es dir, einer Person, die dir wichtig ist, einen Brief, ein paar Zeilen zu schreiben. Hierbei ist es egal, ob du die süchtige Person oder ein Angehöriger, Partner oder Freund bist. In jedem Fall kann es dir helfen, auf dein Gegenüber zuzugehen, vielleicht um ihm mitzuteilen, dass du ein Problem hast oder dass du bei ihm ein Problem siehst. Sei in jedem Fall ehrlich zu der Person und versuche, immer ehrlich mit dir selbst zu sein.

Herausreden oder Ausweichen bringt niemandem etwas und dir am allerwenigsten. Im ersten Moment kann es sich für dich erleichternd anfühlen, jedoch beginnt es dadurch erst richtig zu kochen. Bereite dich auf viele Fragen, Diskussionen und

Schmerz vor. Es wird kein einfacher Weg, egal von welcher Seite aus du ihn gehst. Aber – und das möchte ich dir gerne versprechen: Wenn du anfängst, diesen Weg für dich oder jemand anderen zu gehen, hat es sich schon gelohnt. Von Herzen wünsche ich dir die Kraft, diesen Weg zu gehen, und danke dir für deinen Mut, dich auf den Weg zu machen. Es gibt für dich keinen Grund mehr, diesen Weg nicht zu gehen, denn du bist dir des Themas offensichtlich bewusst, sonst hättest du dieses Buch nicht in der Hand. Und wenn du es einfach nur liest, weil wir uns kennen, dich die Story interessiert oder wir uns nicht kennen und dich die Story trotzdem interessiert, dann möchte ich auch dir von Herzen danken, denn das Wissen und auch die Erkenntnisse, die du hier erlangst, werden dir oder einem anderen Menschen irgendwann helfen können. Viele der Tipps und Gedanken sind bei anderen Süchten gleich oder ähnlich und dennoch sind sie kein Garant dafür, suchtfrei zu werden. Dies ist meine persönliche Erfahrung, mein ganz individueller Weg und das kann ich nicht oft genug wiederholen. Jedoch kann er auch bei anderen, bei dir ein Weg der Erlösung sein.

Bevor wir nun ins nächste Kapitel starten und ich dir erzähle, wie alles begann und wer ich überhaupt bin, möchte ich dir mitteilen, dass ich zum Zeitpunkt des Buchschreibens bereits ausgebildeter Life Trust Coach bin. Das ist keine Werbung, sondern ich möchte dir damit sagen, dass viele Erkenntnisse und Themen dort ihren Ursprung oder meine Sichtweise verändert haben, was dazu geführt hat, dass ich klar, offen und ehrlich mit meiner vergangenen, ja besiegten Spielsucht umgehen kann. Du wirst in diesem Buch viele wertvolle Eindrücke, Denkanstöße und Hilfestellungen erhalten. Ich nehme dich mit auf meine Reise vom Ursprung der Sucht über die Zeit als Süchtiger, den Weg der Erkenntnis, den Wandel bis hin zum heutigen Tag, an dem ich dieses Buch vollkommen suchtfrei für dich schreiben kann.

VON WISSEN PROFITIEREN

KORDONI



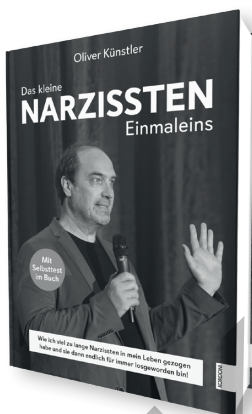
ISBN 978-3-96945-239-4



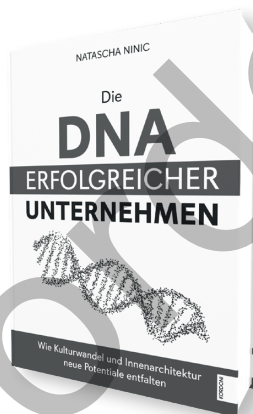
ISBN 978-3-96945-281-3



ISBN 978-3-96945-206-6



ISBN 978-3-96945-264-6



ISBN 978-3-96945-218-9



ISBN 978-3-96945-251-6



ISBN 978-3-96945-266-0



ISBN 978-3-96945-287-5



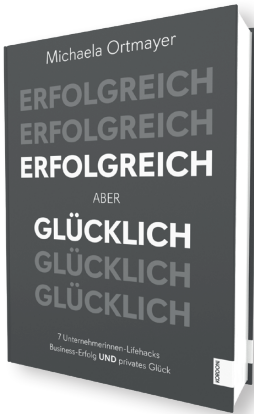
ISBN 978-3-96945-209-7

Mehr findest du unter www.kordoni.de
oder folge dem Verlag auf den Social-Media Kanälen



NEUERSCHEINUNGEN

KORDONI



ISBN 978-3-96945-284-4



ISBN 978-3-96945-254-7



ISBN 978-3-96945-230-1



ISBN 978-3-96945-233-2



ISBN 978-3-96945-138-0



ISBN 978-3-96945-260-8



ISBN 978-3-96945-275-2



ISBN 978-3-96945-269-1



ISBN 978-3-96945-278-3



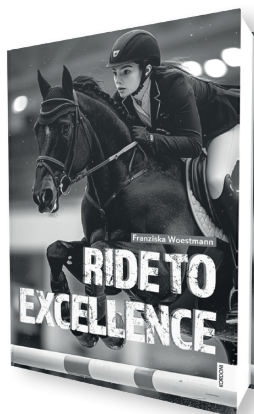
Mehr ...

VON WISSEN PROFITIEREN

KORDONI



ISBN 978-3-96945-200-4



ISBN 978-3-96945-290-5



ISBN 978-3-96945-141-0



Mehr ...

Mehr findest du unter **www.kordoni.de**
oder folge dem Verlag auf den Social-Media Kanälen





DEIN
EXPERTEN
BUCH.org

Schreib dein Expertenbuch

- ☒ Dein Wissen
- ☒ Dein Buch
- ☒ Dein Erfolg!

Ob du bereits ein etabliertes Geschäft führst oder gerade startest:
Ein Expertenbuch ist der Schlüssel zu mehr Wachstum und Einfluss.
Positioniere dich als die Person in deiner Branche, der man vertraut
und ziehe genau die Kunden an, die zu dir passen.

Gerne sprich in einem
kostenlosen Zoom-Call über die
eventuellen Möglichkeiten für dich.

Code: 281-3



www.DeinExpertenBuch.org



Mario Volkmann

AUSGESPIELT

RAUS AUS DER SPIELSUCHT

In diesem Buch teilt Mario Volkmann offen seine Erfahrungen mit der Spielsucht. Es ist ein eindrucksvolles Zeugnis von Verzweiflung und seinem mutigen Kampf, zurück ins Leben zu finden.

Alles begann mit dem Glücksspiel als harmloser Zeitvertreib, und Mario ahnte nicht, welchen Preis er dafür zahlen würde. Freundschaften zerbrachen, seine Familie wurde belastet, und er hatte finanzielle Probleme. Doch in dieser schweren Zeit fand er die Entschlossenheit, sich aus der Sucht zu befreien.

„Ausgespielt“ ist mehr als nur Marios persönliche Geschichte – es ist eine Unterstützung für alle, die gegen Spielsucht kämpfen. Mario teilt die Herausforderungen und entscheidenden Momente seines Heilungsprozesses. Dieses Buch macht Mut und zeigt, dass auch nach den dunkelsten Zeiten ein Weg zur inneren Heilung möglich ist.

Das Buch ist für alle, die diesen Weg bereits gehen, und für diejenigen, die einen geliebten Menschen dabei unterstützen. Es ist eine Geschichte der Heilung, die dazu ermutigt, das eigene Leben neu zu gestalten und das "Ausgespielt" nicht als Ende, sondern als Beginn einer echten Veränderung zu sehen.

KORDONI



www.kordoni.de/mario-volkmann1