

„Ich hab' im Leben viel mitgemacht, aber ich habe mein Glück gefunden“

Autorin und Körpertherapeutin Majda Moser erzählt von ihrer traurigen Jugend, ihrem steinigen Weg zum Glück und ihrer Berufung, anderen zu mehr Lebensfreude zu verhelfen

Von Ulrike Griessl

„Schlimmer als zu Hause kann es nicht werden.“ Mit diesem Gedanken verließ Majda Moser 1968 mit 15 Jahren ihr Zuhause in Slowenien. Liebe und Anerkennung hatte sie in ihrem Leben bis dahin nur von ihrer Großmutter erfahren, für ihre Eltern war sie, wie sie sagt, „nichts als ein unerwünschtes Kind“. „Sie schickten mich zum Arbeiten in einen Schlachthof und auf einen Bauernhof, redeten so gut wie nie mit mir, und wenn ich etwas fragte, bekam ich keine Antwort, sondern eine Watsch'n“, erzählt die 60-Jährige.

Viele Demütigungen

Nach der Schule hielt das Mädchen nichts mehr in ihrer Heimat. Nur mit den Kleidern am Leib ging sie über die Grenze ins Land ihrer Träume. „Mein Ziel war Wien, ich wusste, dass ich hier einmal glücklich werden würde“, sagt Moser. Doch vorerst bekam die Jugendliche auch in der Bundeshauptstadt vor allem Erniedrigung zu spüren. „Ich arbeitete bei einer reichen Familie, bei der ich mich nicht einmal beim Essen zum Tisch setzen durfte und musste mich oft als 'Dschusch' beschimpfen lassen“, erzählt Moser. Sie habe sich damals sehr einsam gefühlt, niemand sei da gewesen, dem sie ihre Sorgen erzählen hätte können.

Trotzdem war für die junge Frau klar, dass sie sich nicht unterkriegen lassen würde. Hoffnung schöpfte Moser, als sie sich verliebte und 1971 ihren ersten Sohn gebar und ein Jahr später den zweiten. „Aber mein zweiter Sohn starb leider bald nach der Geburt, und ich bekam schwere Depressionen“, erzählt Moser. Ihr Mann ließ sie in dieser harten Zeit im Stich, er verließ sie, obwohl sie zu allem Unglück auch noch eine Krebserkrankung bekam.



„Wer sich an kleinen Dingen erfreuen kann, ist glücklicher im Leben“, sagt Moser.

Fotos: Colourbox, privat

„Seit 23 Jahren helfe ich Menschen auf ihrem Weg zu mehr Lebensfreude.“

■ Majda Moser, Buchautorin, Körpertherapeutin und Lebensberaterin



„Aber auch von diesen Schicksalsschlägen erholte ich mich, nicht zuletzt wegen meinem erstgeborenen Buben, der mich brauchte.“ Und so kämpfte Moser weiter, verdiente mit allen möglichen Jobs Geld, zog ihren Sohn groß und bildete sich nebenbei weiter. „Trotz allem habe ich immer gewusst: Auch ich werde einmal glücklich sein, wenn ich fleißig daran arbeite.“ Und so kam es auch. Majda Moser ist heute Körpertherapeutin, Lebens- und Sozialberaterin und Buchautorin. Sie hat in einem Privatradio eine eigene Sendung und ist immer wieder in Talkshows zu Gast.

Moser sagt heute von sich selbst: „Ich hab' viel mitgemacht, aber ich habe mein Glück gefunden.“

Auch anderen Menschen zu helfen, die in

schwierigen Lebenslagen stecken, sieht die Wienerin seit mittlerweile 23 Jahren als ihre Berufung an. „Wie jeder einzelne Lebensfreude findet, ist von Mensch zu Mensch unterschiedlich“, sagt Moser. Aber es gebe vier Grundpfeiler des Glücks: „Man darf nicht erwarten, dass einen andere glücklich machen, man muss Eigenverantwortung übernehmen, zu sich selbst stehen und sich von Ängsten befreien“, sagt die Wienerin. Am meisten Lebensfreude hätten Menschen, die Fehlritte annehmen können und nicht gleich aufgeben.

■ **Buchtip:** „Visionen zum Glück / Der Weg zu mehr Lebensfreude“ von Majda Moser, Verlag: Echomedia, 19,80 Euro. Seminare von Majda Moser finden Sie unter www.bioenergethik.at