

Der Umweg, der mir das Leben rettete

Es war alles geplant.

Mein damaliger Partner und ich waren im September 2001 an der Ostküste der USA unterwegs. Wir wollten den Indian Summer erleben und fuhren von Boston Richtung New York.

Für den Morgen des 11. September stand unser Plan fest: **Um 8 Uhr wollten wir am World Trade Center sein und im Hilton direkt gegenüber einchecken.** Doch am Tag davor hatte ich plötzlich dieses starke Gefühl, dass wir vorher noch nach Long Island fahren sollten.

Ich konnte nicht erklären, warum. Es passte nicht in unseren Plan, mein damaliger Partner wollte weiter Richtung Manhattan – aber etwas in mir bestand auf diesem Umweg. Also fuhren wir nach Long Island und übernachteten dort in einem Motel.

Am nächsten Morgen saßen wir beim Frühstück. Auf einem Fernseher liefen Bilder, die ich zunächst überhaupt nicht einordnen konnte. Einer der Türme des World Trade Centers war in Rauch gehüllt.

Mein erster Gedanke war: **Was zeigt der Rezeptionist da für einen Horrorfilm?**

Dann begriffen wir: Es waren die Nachrichten. Um **8:46 Uhr** war das erste Flugzeug in den Nordturm des World Trade Centers geflogen. Und mir wurde schlagartig klar: **Da wären wir jetzt.**

Unser Plan war gewesen, seit fast einer Stunde am World Trade Center zu sein. Um **9:03 Uhr** flog das zweite Flugzeug in den Südturm. Spätestens jetzt war klar, dass das kein Unfall war.

Wir saßen auf Long Island und sahen auf dem Bildschirm den Ort, an dem wir nach unserem ursprünglichen Plan genau in diesem Moment gewesen wären.

Dieser Umweg hat mir das Leben gerettet.

Mein damaliger Partner war Arzt und wollte sofort nach Manhattan, um zu helfen. Wir versuchten hineinzukommen, aber alles war abgeriegelt. Flughäfen wurden geschlossen, Telefonverbindungen brachen zusammen, niemand wusste, was noch passieren würde.

Wir konnten unsere Familien in Deutschland nicht erreichen und versuchten, irgendwie einen Weg nach Hause zu finden. Was wir zu diesem Zeitpunkt nicht wussten: Zu Hause wusste niemand, ob ich überhaupt noch lebte. Meine Familie und meine Kollegen kannten unseren ursprünglichen Plan. Sie wussten, dass wir an diesem Morgen am World Trade Center sein wollten.

Irgendwann rief sogar eine große deutsche Boulevardzeitung bei meiner Familie an und fragte, wie sie mit meinem Tod umgehe. Während ich lebte, glaubten Menschen zu Hause, ich könnte tot sein. Meine Schwester gab nicht auf. Sie versuchte über meine Kreditkarte herauszufinden, ob es nach dem 11. September noch ein Lebenszeichen von mir gab.

Und tatsächlich: Am 12. oder 13. September war mit meiner Karte in Savannah, Georgia, ein Frühstück bezahlt worden. Eine völlig alltägliche Kreditkartenbuchung – und für meine Familie in diesem Moment die wichtigste Nachricht überhaupt:

Kiki lebt.

Irgendwann kamen wir zurück nach Deutschland. Doch damit war die Geschichte für mich nicht vorbei. Denn wie gehst du einfach zurück in deinen Alltag, nachdem du gesehen hast, was dort passiert ist? Mit dem Wissen, dass du eigentlich dort gewesen wärst?

Natürlich war da eine riesige Dankbarkeit, am Leben zu sein. Aber da waren auch der Schock, die Bilder und immer wieder diese Frage: Warum wollte ich unbedingt diesen Umweg nehmen?

Ich musste erst wieder lernen, in mein eigenes Leben zurückzufinden.

Und der 11. September war nicht die einzige große Krise, die ich erlebt habe. Ich habe meine Eltern verloren, schwere familiäre Krisen und Klinikaufenthalte begleitet und immer wieder erfahren, wie schnell sich ein Leben verändern kann.

Krisen lassen sich nicht vermeiden.

Doch ich habe gelernt, durch sie hindurchzugehen und auch gestärkt aus ihnen hervorzugehen.

Zu akzeptieren, was ich nicht ändern kann, ohne mich dem Leben ausgeliefert zu fühlen. Mir Unterstützung zu holen, wenn ich sie brauche. Meiner Intuition zu vertrauen. Mich selbst nicht aus dem Blick zu verlieren. Und irgendwann wieder nach vorne zu schauen, auch wenn ich noch nicht weiß, wie der ganze Weg aussehen wird.

Für mich ist genau das Resilienz.

Und mit jeder Krise, die ich in meinem Leben bewältigt habe, ist eine Gewissheit in mir stärker geworden: **Ich kann mich auf mich verlassen.**

Nicht, weil mich nichts mehr umhaut. Sondern weil ich heute weiß, dass ich auch dann wieder einen Weg finden kann, wenn ich ihn gerade noch nicht sehe.

Und genau darum geht es in meinem kostenfreien Webinar:

„Stürme des Lebens – Alltagshacks für mehr Resilienz & Selbstwirksamkeit“

Sonntag, 30.08.2026 | 11:00 Uhr | online via Zoom

In diesem Webinar schauen wir gemeinsam darauf, wie du wieder handlungsfähig wirst, wenn das Leben dich aus der Bahn geworfen hat oder du gerade das Gefühl hast, nur noch zu funktionieren.

Du wirst klarer erkennen, **was tatsächlich in deiner Hand liegt und was nicht**, wie du aus dem Gefühl der Ohnmacht wieder herauskommst und was du konkret tun kannst, um dir selbst wieder mehr Halt zu geben.

Am Ende sollst du nicht mit noch mehr Wissen nach Hause gehen, sondern mit einem klareren Gefühl dafür:

Was brauche ich gerade? Was kann ich verändern? Und was ist mein nächster Schritt?

Denn Resilienz entsteht nicht dadurch, dass wir jede Krise alleine bewältigen oder irgendwann nichts mehr an uns heranlassen.

Sie entsteht, wenn wir lernen, uns selbst auch in schwierigen Zeiten nicht zu verlieren – und zu wissen, was uns hilft, wieder festen Boden unter den Füßen zu bekommen.

Und wenn du dabei merkst, dass du diesen Weg nicht nur verstehen, sondern für dich wirklich weitergehen möchtest, zeige ich dir am Ende auch, wie ich dich dabei weiter begleiten kann.

Wenn du beim Webinar dabei sein möchtest, antworte mir einfach auf diese Mail, schreibe mir an info@casilli-coaching.de oder melde dich per WhatsApp unter: +4915120214964

Ich freue mich auf dich.

Deine Kiki