

# Lydia

Auftrag zur  
Nächstenliebe

Trösten  
lernen

Sprech-Stunde  
bei Gott

Ideen für die  
Adventszeit

**Regula Schwab-Jaggi**

Mut zur  
Freundschaft



## Mut und Vertrauen

„Das war aber ein mutiger Schritt“, haben mir manchmal Leute gesagt. Zum Beispiel, als wir vor einigen Jahren unser gewohntes Umfeld und unser Haus verlassen haben, um in die Nähe des Verlags zu ziehen. Oder wenn ich erzähle, dass ich einmal eine Arbeitsstelle gekündigt habe, ohne genau zu wissen, wie es weitergehen würde. Ich finde, solche Entscheidungen erfordern zwar Mut, aber genau genommen braucht man vor allem Vertrauen.

Vertrauen darauf, dass die Entscheidung in die richtige Richtung führt und der eingeschlagene Weg gut ist, dass die eigene Kraft ausreicht und ich die wesentlichen Punkte bedacht habe. Vertrauen darauf, dass Gott mit mir ist – auch wenn nicht alles glattläuft und Unvorhergesehenes geschieht.

Gott fordert Menschen immer wieder auf, keine Angst zu haben, sondern auf ihn zu vertrauen: „Sei mutig und entschlossen! Lass dich nicht einschüchtern und hab keine Angst! Denn ich, der Herr, dein Gott, stehe dir bei, wohin du auch gehst“, heißt es in Josua 1,9.

Man braucht Mut, um neue Wege zu gehen: eine neue Arbeitsstelle, eine neue Freundschaft, ein neues ehrenamtliches Engagement.

Man braucht Mut, um zu seiner Meinung zu stehen oder sich für andere zu öffnen und sich dadurch verletzlich zu machen.

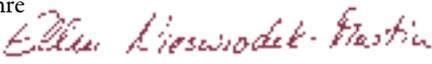
Man braucht Mut, um über den Glauben zu sprechen oder etwas anders zu machen als andere.

In dieser Ausgabe erzählen einige Autorinnen von Situationen, in denen sie Mut gebraucht haben, um etwas Neues zu wagen: Schritte auf andere zu, Schritte in ungewohnte Gebiete, Schritte im Vertrauen darauf, dass Gott sie durchträgt. Hier wünschen wir Ihnen viel ErMUTigung beim Lesen!

Auch in der *Lydia*-Redaktion haben wir eine mutige Entscheidung zur Veränderung getroffen: *Lydia* bekommt mit der nächsten Ausgabe ein neues Kleid! Darauf dürfen Sie sich schon freuen. Was wir bereits verraten können: Wir arbeiten momentan nicht nur an der Optik, sondern auch an einer besseren Lesbarkeit. An den Themen und Inhalten wird sich nichts verändern. Versprochen! Wie gewohnt werden Sie in *Lydia* wahre Geschichten und Glaubenserfahrungen lesen, Mutmachendes und Inspirierendes für Glaube und Alltag.

Wir wünschen Ihnen von Herzen, dass diese Ausgabe Sie inspiriert und manche Entscheidung leichter macht. Erzählen Sie uns gerne von Ihren Erfahrungen!

Herzliche Grüße aus der *Lydia*-Redaktion

Ihre  
  
Ellen Nieswiodek-Martin

*PS: Wenn man etwas Neues beginnt, muss man oft etwas anderes loslassen. Und das bringt auch einen Abschied mit sich: Wir verabschieden uns mit dieser Ausgabe von unserem Grafiker Olaf Johannson und danken ihm für die vielen schönen Seiten, die er fast 20 Jahre lang gestaltet hat. Mit Kreativität und vielen tollen Ideen hat er *Lydia* geprägt. Danke für die gute und zuverlässige Zusammenarbeit! Wir wünschen auch dir Mut und Gottvertrauen für die Zukunft.*



*Gott fordert Menschen  
immer wieder auf,  
keine Angst zu haben,  
sondern auf ihn zu  
vertrauen.*



## Wir suchen Ihre Geschichte!

Wer mit Gott lebt, hat etwas zu erzählen! Denn Gott ist der beste Geschichtenschreiber, den es gibt. In LYDIA erzählen Frauen, wie sie Gott in den Höhen und Tiefen des Lebens erfahren haben, und schenken anderen damit Mut und Hoffnung. Diesen bewegenden Geschichten wollen wir mehr Raum geben – in einem neuen LYDIA-Leserinnenbuch zum Thema **„Weihnachten – Zeit des Lichtes“**.

Schreiben Sie uns:

- Welche besonderen und berührenden Erlebnisse verbinden Sie mit der Advents- und Weihnachtszeit?
- Was hat Licht in Ihre Adventszeit gebracht?
- Welche Geschichten rund um das Weihnachtsfest haben Sie erlebt?
- Was hat Ihnen geholfen, Gottes großes Geschenk an uns zu verstehen oder anderen davon zu erzählen?

Auch über Tipps und Erfahrungen zu ungewöhnlichen Geschenken oder wie man das Fest gestalten kann, freuen wir uns.

Ihre Geschichte sollte nicht mehr als 8000 Zeichen (inklusive Leerzeichen) enthalten und elektronisch geschrieben sein (z. B. Microsoft Word). Senden Sie Ihre Geschichte bitte per E-Mail an [redaktion@lydia.net](mailto:redaktion@lydia.net). Einsendeschluss ist der 15. Januar 2022.

Weitere Informationen und die Teilnahmebedingungen erhalten Sie auf [www.lydia.net](http://www.lydia.net)

Wir freuen uns auf Ihre Beiträge!  
Ihre LYDIA-Redaktion



## Mut zur Freundschaft

Interview mit Regula Schwab-Jaggi

LYDIA {inhalt}



## 26 Unser Wunderbaby



14

### GLAUBE & LEBENSHILFE

- 14 Meine Montagsfreundin**  
Erfahrungen mit dem Thema  
Zweierschaft – *Catrin Walz*
- 18 Kein Ersatz für die Krippe**  
*Rosel Westermann*
- 20 Tiefer graben** Wertvolle  
Wegbegleiterinnen  
*Christina Kuhlmann*
- 42 Sprech-Stunde bei Gott**  
*Sabine Herold*
- 59 Ich schenk dir eine Geschichte**  
*Christine Schlagner*
- 72 Heilige heute** Bei Gott gibt es keine  
hoffnungslosen Fälle *Gerda Span-*  
*genberger* • Ein himmlischer Zufall  
*Josephine Idemudia* • „Das ist wahre  
Weihnacht!“ *Anna Thomas* •  
Das Fenster öffnen *Lydia Bucci*



30

### BERUF & GESELLSCHAFT

- 30 Ideen für die Adventszeit**
- 52 Einfach Musik machen**  
*Silvia Lenzing*
- 54 Auftrag zur Nächstenliebe**  
*Michaela Gabriel*
- 56 An dunklen Orten Licht  
verbreiten** – *Gudrun Hübner*
- 62 Ein Zuhause mit Herz**  
*Lotte Bormuth*
- 64 Vom Mitleid zur Mithilfe**  
*Heike Malisic*
- 68 Starke Frauen – starker Glaube**  
Elisabeth Elliot: Im Vertrauen auf  
Gott warten – *Sonja Kilian*



42

*Sprech-Stunde bei Gott*



49

EHE & FAMILIE

- 26 Unser Wunderbaby**  
*Beate und Birgitta Nordstrand*
- 44 „Überlass mir die Kontrolle!“**  
Von einer Sekunde auf die andere zerbrach mein perfektes Leben  
*Hanna Wallisser*
- 48 Übernatürlich geheilt**  
*Gabi Mezger*
- 49 Schmunzeln mit LYDIA**
- 50 Zwischendurchgedanken**  
Philosophieren auf der Picknickdecke  
*Saskia Barthelmeß*



24

KÖRPER & SEELE

- 24 Von Tag zu Tag** – *Ulrike Scheidsteger*
- 32 Gott ist gut – er kann nicht anders** – *Wencke Bates*
- 36 Trösten lernen** Warum reden manchmal besser ist als schweigen  
*Heike Malisic*
- 40 Meine Freundin, die Trauer**  
*Susanne Ospelkaus*



60

{ IN JEDER AUSGABE }

- 3 Ganz persönlich** Mut und Vertrauen  
*Ellen Nieswiodek-Martin*
- 12 Leserbrief**
- 12 Impressum**
- 34 Liebe Leserin!**
- 60 Selbst gemacht** Winterliche Landschaften – *Luisa Seider*
- 66 Für Sie entdeckt**
- 76 Gut informiert. Neu inspiriert.**
- 82 Alltagswunder** Worte, die bleiben  
*Nicole Schmidt*



52

*Einfach Musik machen*

Interview mit  
Regula Schwab-Jaggi

# Mut zur Freundschaft

Viele Frauen sehnen sich nach Freundschaften – und merken gleichzeitig, dass es im Auf und Ab des Lebens nicht immer leicht ist, tiefe Beziehungen zu pflegen. Regula Schwab-Jaggi hat schon verschiedene Arten von Freundschaften erlebt. Sie erzählt im Interview, was es heißt, eine Seelenschwester zu finden und zu sein.

**Frau Schwab-Jaggi, Sie haben sich viel mit Frauenfreundschaften beschäftigt. Was ist Ihnen an einer Freundin wichtig?**

Dass sie mir signalisiert: „Ich nehme dich an, wie du bist.“ Ich bin nicht nur ein Sonnenschein, ich habe unterschiedliche Seiten. Ein grundsätzlicher Respekt für meinen Lebensentwurf ist mir auch wichtig. Und Interesse an meinen Träumen und Wünschen.

Wir dürfen außerdem nicht in einen Konkurrenzkampf geraten. Neid und Konkurrenzdenken sind etwas, das Freundschaften kaputt macht. Wenn man sich nicht für die Freundin freuen kann, ihr Erfolge nicht gönnt, wird es schwierig. Deshalb haben wir Frauen teilweise Mühe, Freundschaften zu erhalten. Wir neigen dazu, uns und unsere Lebensentwürfe zu vergleichen und zu schauen, wer besser abschneidet. Und wir meinen manchmal, besser zu wissen, wie die andere ihr Leben gestalten sollte. Das kann Verletzungen und Schwierigkeiten auslösen und verhindern, dass die Freundschaft in die Tiefe wachsen kann.

Wenn man eine gute Freundin sein will, braucht es die Haltung, die andere zu respektieren und anzunehmen, wie sie ist. Es passen auch nicht alle Frauen zusammen. Es kommt auf die Vorlieben an, was man gerne macht. Solange die Haltung stimmt und man Gemeinsamkeiten findet, kann die Freundschaft sehr gut wachsen.

**Sie hatten eine Phase, in der Sie keine Freundinnen hatten. Warum?**

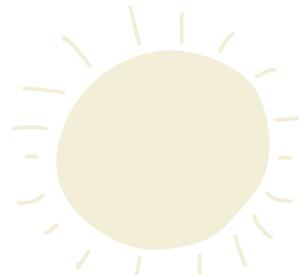
Ich hatte eine tolle Kindheit und Jugendzeit mit vielen Freundinnen. Danach kam aber eine Zeit, in der ich Mühe hatte, tiefe Freundschaften zu leben. Ich war eigentlich immer eine Person, die nicht zu viel von sich preisgeben wollte. Zu viel Nähe hat mir Angst gemacht – werde ich genügen? Kommt die Freundin mit der Komplexität meiner Gedanken klar? Darum habe ich Freundschaften abgebrochen, sobald sie zu persönlich wurden. Dadurch habe ich viele Frauen verletzt.

**Was haben Sie gemacht, um neue Freundinnen zu finden?**

Ich habe Gott darum gebeten, dass er mir wieder eine Freundin schenkt, und ich habe ihm auch gesagt, dass ich mit dieser Freundin nicht so umgehen werde wie mit den Freundinnen vorher. „Wenn du mir wieder jemanden anvertraust, will ich es anders machen“, lautete mein Gebet. Dann musste ich nur noch die Augen offen halten.

Wenn jemand eine Freundin sucht, würde ich raten, es langsam anzugehen. Wenn man sich dringend eine Freundin wünscht, kann es passieren, dass man zu schnell vorwärtsgesht, was andere manchmal abstößt. Und: Wenn man Freunde finden will, muss man unter die Leute gehen. Niemand wird an der Tür klopfen und





# MEINE MONTAGS- FREUNDIN

## Erfahrungen mit dem Thema Zweierschaft

CATRIN WALZ

Ich bin nicht gut geeignet für Partys. Was über eine Runde von zehn Personen hinausgeht, überfordert mich oft, und Small Talk gelingt mir leider auch nicht so gut. Viel wohler fühle ich mich in einem überschaubaren Kreis. Deshalb freue ich mich umso mehr, wenn es jeden Montag um 16 Uhr an meiner Tür klingelt. Jetzt kommt Kerstin. Und was dann kommt, ist unsere eigene kleine Party – zu zweit. Sie bringt Muffins vom Bäcker nebenan mit, ich schalte die Kaffeemaschine an. Wir machen es uns im Wohnzimmer gemütlich. Wir lesen ein paar Seiten in einem Buch – momentan ist es „Nach Hause finden“ von Henri Nouwen. Immer wieder halten wir inne, sprechen über die letzten Abschnitte, erinnern uns daran, dass uns der eine Gedanke schon seit einigen Wochen begleitet: wie mühsam und kostbar zugleich Phasen des Wartens im Leben sein können. Wir sprechen über unsere Erfahrungen mit solchen Zeiten. Dann legen wir die Bücher beiseite, erzählen uns gegenseitig von unserer letzten Woche, fragen nach, hören hin, beten füreinander. Es ist so kostbar, einander die volle Aufmerksamkeit geben zu können in den eineinhalb Stunden, die wir jede Woche füreinander reserviert haben.

### Ehrlichkeit und Verbundenheit

Vor einiger Zeit hatte ich mir ein Herz gefasst und sie gefragt, ob sie weiß, was eine Zweierschaft ist. Ich war ganz schön aufgeregt dabei. Es hätte ja sein können, dass sie Nein sagt auf meine Frage, ob sie so etwas mit mir probieren will ... Doch sie wusste, wovon ich rede, hatte schon mal eine Zweierschaft während ihres Studiums gehabt: jede Woche treffen, Bibel lesen, reden, beten. Wir vereinbarten eine Art Probezeit, wollten nach einem Vierteljahr sehen, ob es für uns beide passt. Und nach einem Jahr wollten wir uns darüber verständigen, ob wir weitermachen.

Inzwischen sind Jahre vergangen. Es wuchs Verbundenheit durch die Höhen und Tiefen des Lebens hindurch. Bei Kerstin kündigte sich ihre erste Tochter an, und dann trafen wir uns, um mit dem Kinderwagen draußen einen Spaziergang zu machen. Ich war beeindruckt, wie sie in ihrem dichten Alltag auch meine Themen noch im Kopf hatte. Wir nehmen gegenseitig die kleinen und großen Entwicklungen wahr und feiern Erfolge miteinander. Ich durfte immer wieder traurig und müde sein, als mein Vater schwer erkrankte und verstarb. Sie bat mich: „Bitte sag mir, wenn ich nur noch von Windeln und Brei rede.“

Über die Jahre sprachen wir über ihre Kinder, ihren Wunsch, wieder als Lehrerin zu arbeiten, meine Erschöpfungsphase, meinen beruflichen Neuanfang. Oft haben wir in diesen eineinhalb Stunden am Montag gelacht und geweint. Es tut gut, sich zu erinnern: „Weißt du noch, wofür wir vor zwei Wochen gebetet haben?“ Oder gesagt zu bekommen: „Letzte Woche hast du noch anders von dem Konflikt mit deiner Nachbarin erzählt.“ Oder zuzugeben: „Ganz ehrlich, ich beneide dich.“ Und die Frage zu hören: „Was würde Jesus dazu sagen?“

Ja, es ist eine Freundschaft daraus geworden. Was ich so mag an unserem Weg der Zweierschaft: Es braucht nicht für jedes Treffen mehrere Nachrichten hin und her, um einen Termin zu finden, denn der steht schon im Kalender. Natürlich werden Begegnungen auch mal abgesagt, aber dann ist klar: Nächste Woche treffen wir uns wieder!

### Begleitung auf Zeit

Meine ersten Erfahrungen mit Zweierschaften machte ich im Studium. Es war immer wieder Thema bei uns in der christlichen Studentengruppe. Wer es probieren wollte, fand sich zusammen, für ein Semester und dann vielleicht für noch eines. Auch später erinnerte ich mich immer wieder an diese Idee, gerade auch in einsamen Phasen, nach Umzügen oder beruflichen Neuanfängen. Manchmal musste ich lange auf eine Gelegenheit warten ... Aber heute tauchen in meiner Erinnerung Zweierschaftspartnerinnen aus unterschiedlichsten Lebensphasen auf, verbunden mit vielfältigen Eindrücken unserer gemeinsamen Wegabschnitte. Das macht mich dankbar, auch wenn ich zu einigen von ihnen keinen Kontakt mehr habe. Es war eine wertvolle Begleitung auf Zeit.



Ich komme ins Nachdenken, was eigentlich die Schnittmenge all dieser Erfahrungen ist: Eine Zweierschaft ist eine regelmäßige Begegnung auf Augenhöhe zum Austausch und Gebet füreinander. Oder noch kürzer: verabredete Verbundenheit. Zumindest schaffen wir durch die regelmäßigen Treffen einen Rahmen, in dem Offenheit, Vertrauen und Verbundenheit wachsen können. Wir üben, das Leben zu teilen, in großer Freiheit und ohne zu klammern. Eine Beziehung auf Augenhöhe zu pflegen, die aber Freundschaften und andere Begegnungen nicht ersetzen kann: In manchen Zeiten brauche ich vielleicht Seelsorge, Coaching, Therapie. Dann ist es gut, um die Grenzen der Zweierschaft zu wissen und diese auch mitzuteilen: „Ich glaube, für dieses Thema brauchst du einen anderen Begleiter.“ So kann es für beide ein Geben und Nehmen bleiben.

*Nicht die vielen Kontakte, Unternehmungen und Termine machen mein Leben aus, sondern die wenigen treuen und tiefen Begegnungen.*

CHRISTINA KUHLMANN

# Wertvolle Wegbegleiterinnen



**Wir alle haben unsere Ideen, wie Freundschaften und Partnerschaften aussehen sollen. Wir suchen starke Beziehungen, haben Träume und Sehnsüchte, die wir zu stillen versuchen. Wir planen und fädeln ein und geben unser Bestes, damit das gelingt. Doch dann stellen wir fest, dass die wirklich tiefen Beziehungen, die engste Gemeinschaft, das zuverlässige langfristige Miteinander etwas ist, das wir nicht machen können. Es muss wachsen, sich ergeben, es entsteht dort, wo wir uns aufeinander einlassen, uns gemeinsam auf den Weg machen und Seite an Seite durch Höhen und Tiefen gehen.**

**Z**u einer engen Beziehung gehören Vertrauen, Mut und Frustrationstoleranz. Für gläubige Frauen kommt oft der gemeinsame Wunsch hinzu, die Beziehung auch geistlich zu gestalten.

Ein Beispiel für gelebte Zweischaft finden wir in der Bibel im Buch Rut. Noomi und ihre Schwiegertochter Rut werden ein unschlagbares Team, das ungeahnte Kräfte hervorbringt und für sich unerwartete Möglichkeiten erschließt. Die Geschichte zeigt, wie Menschen ohne viele Worte in tiefer Verbundenheit Schritt für Schritt ihren Weg im Vertrauen auf den lebendigen Gott gehen.

### **Wie alles begann ...**

Die Geschichte beginnt mit einer Flucht ins Ungewisse, sie wird in den ersten Versen des Buches Rut wie im Zeitraffer erzählt. Noomi und ihr Mann Elimelech fliehen mit den beiden Söhnen vor der Hungersnot aus Bethlehem nach Moab. Sie verlieren alles, haben nur noch sich und das, was sie tragen konnten. Sie wagen einen Neuanfang aus der Not heraus. Sie schlagen Wurzeln im fremden Land, lassen sich auf das Leben dort ein und gestalten es. Die Söhne heiraten moabitische Frauen.

Schon kurz darauf steht Noomis Leben Kopf. Sie verliert ihren Mann und in den Jahren danach auch ihre beiden Söhne. Über Details schweigt die Bibel, auch Trauer und Verlust werden nicht ausführlich thematisiert. Manche Fragen bleiben offen: Was ist geschehen? Sind die Männer verunglückt, hatten sie eine Krankheit? Wir wissen es nicht.

Der Fokus des Textes ist auf die Frauen gerichtet. Noomi bleibt mit Rut und Orpa übrig. Sie sind jetzt die Familie, zueinander gestellt und aufeinander angewiesen. Schwiegermutter und Schwiegertöchter.

Notsituationen, in denen wir stecken, sind wie schwar-

ze Löcher, die sich vor uns auftun. Sie schaffen Einsamkeit. Stabilisierend wirken dann die Menschen, die sich einfach dazustellen oder dazugehören.

**> Wo habe ich solche Erfahrungen gemacht? Wer sind die Menschen, die nicht weggegangen sind, die sich dazugestellt haben und mittragen konnten?**

### **Eine neue Perspektive**

Noomi trifft eine Entscheidung. Sie nimmt die einzige für sie denkbare Perspektive in den Blick. Ihr erster Schritt ist die Klarheit darüber, was sie nun tun möchte: „Ich will zurück! Heim in mein Land! Nach Bethlehem.“ Dort steht vielleicht noch das Haus, dort leben hoffentlich noch entfernte Verwandte. Ob sie dort Halt und Gemeinschaft oder einfach die vertraute Umgebung sucht, bleibt offen.

Für Noomi wird die alte Heimat zur neuen Perspektive. Wo auch immer sich neue Perspektiven auftun, braucht es zunächst innere Klarheit. Danach gilt es, den ersten Schritt zu tun und damit etwas in Bewegung zu bringen.

**> Gelingt es mir, in meiner Situation ein Ziel in den Blick zu bekommen? Wohin möchte ich? Was möchte ich vielleicht auch zurücklassen?**

Noomi macht sich von Moab auf in Richtung Bethlehem. Keine Frage, dass die Schwiegertöchter mitgehen. Sie gehören jetzt zusammen, sind eine Zweckgemeinschaft. Mit der Heirat haben die Männer sie in ihre Familie aufgenommen, sich bis zum Lebensende der Frauen zur Versorgung verpflichtet. Doch alle Männer der Familie sind tot. Noomi ist in der Pflicht. Diese Art der Frauenwohngemeinschaft hatte in der damaligen Kultur allerdings kaum eine Perspektive. Keine von den dreien ist in der Lage, die anderen zu versorgen. Doch sie stehen füreinander ein, die Situation schweißt sie zusammen und sie machen sich miteinander auf den Weg.

Krankheit, Beziehungsabbrüche, Tod, Verlust des Arbeitsplatzes sind schwere Erfahrungen, die zu Brüchen im Leben von Menschen führen. Sie wecken den Wunsch nach Beziehungen, die diese schweren Zeiten überdauern; die halten und Halt geben. Sie wecken die Sehnsucht nach einem Miteinander mit Menschen, mit denen wir das Leben teilen. Menschen, die in den schwierigsten Situationen an unserer Seite bleiben, die sich mit auf den Weg machen und auch bereit sind, dazubleiben, wenn die Schritte ins Ungewisse führen.

*Fragen zum Weiterdenken:*





ULRIKE SCHEIDSTEGER

# Von Tag zu Tag

Vor über einem Jahr bekam ich die Diagnose Brustkrebs. Ich hatte die Wochen davor schon etwas Ungewohntes in meiner Brust gespürt, dachte aber, dass das sicher durch die Wechseljahre kam. So begann die herausforderndste Zeit meines Lebens ...

**M**eine Frauenärztin konnte per Ultraschall zunächst nichts feststellen, schickte mich aber zur Mammografie, um die Sache abzuklären. Dort fand man einen Knoten in der linken Brust, der sich als bösartig herausstellte. Ich war schockiert, fassungslos und niedergeschlagen.

Bisher hatte ich fast fünfzig Jahre ein gutes Leben gehabt, ohne schwerwiegende Krankheiten und Probleme. Jemand sagte mir, dass man sich nicht fragen solle „warum“, sondern vielleicht eher „wozu“. Dieser Gedanke half mir. Aber leicht war das ganze letzte Jahr trotzdem nicht. Oft war es ein Kampf, von Tag zu Tag.

## Schmerzen und Segen

Die Tortur begann nach der Diagnose: Mein ganzer Körper wurde durchgecheckt, um zu sehen, ob da noch mehr Krebs war. Doch ich merkte, dass Gott die Sache in der Hand hatte. Schnell bekam ich alle notwendigen Termine. Aufgrund der spezifischen Krebsart musste erst eine Chemotherapie gemacht werden, danach die Brustoperation und abschließend eine Strahlentherapie. Dazu noch die Port-OPs. Das ganze Jahr war geprägt von der Krebsbehandlung.

Ich bin so dankbar für die Unterstützung meiner Familie, Freunde, Nachbarn und „Beter“! Viele anteilnehmende Menschen gingen mit mir durch diese schwierige Zeit. Sie beteten für mich, brachten mir aufmunternde Grüße vorbei, gingen einkaufen und waren für mich da. Ein befreundeter Pastor kam mit Blumen vorbei und dem dazu passenden, ermutigenden Bibelspruch: „Wenn sich Gott so wunderbar um die Blumen kümmert, die heute aufblühen und schon morgen wieder verwelkt sind, wie viel mehr kümmert er sich dann um euch?“ (Matthäus 6,30). Später bekam ich noch eine Postkarte von einem anderen Pastorenehepaar mit dem gleichen Vers. Der Heilige Geist lenkte die Gedanken der Menschen, um mich zu ermutigen. Eine Hortensie, die eine Freundin mir am Anfang dieser Zeit geschenkt hatte, begleitete mich monatelang. Wenn ich auf dem Sofa lag, konnte ich immer auf die Blüten schauen. Auch einige Tiere in unserem Garten sowie unser treuer Familienhund waren mir zuverlässige, aufmunternde Begleiter in dieser Zeit.

## Schweres und Schönes

Doch obwohl ich viel Unterstützung hatte, war es die bisher schwierigste Zeit meines Lebens. Meinem Körper ging es richtig schlecht, und Gott fühlte sich meist weit weg an. Aber auch wenn ich ihn oft nicht spüren konnte, begleitete er mich durch die Situation. Das weiß ich! Die Krankheit ging sehr nahe an meine Grenzen. Manchmal dachte ich, ich schaffe es nicht. Mein Körper, der überempfindlich auf alles reagierte, vertrug die Behandlungen gar nicht gut. Die Chemo musste immer wieder reduziert und umgestellt werden. Während der Chemotherapie konnte ich in besseren Tagen gerade mal einige Schritte in unseren Gar-

ten gehen. Und die Behandlung ging über mehrere Monate!

Obwohl es mir während der gesamten Zeit nicht gut ging, gebrauchte Gott mich und ich konnte während der Behandlungen und Arztbesuche einigen Frauen von Jesus erzählen oder ihnen eine Bibel geben. In diesen Situationen spürte ich intensiv, dass ich das tun sollte. Auch wenn nicht alles glatt und reibungslos verlief – ganz im Gegenteil –, war Gott an meiner Seite, wenn auch eben meist nicht spürbar.

Aber es gab auch Momente, in denen er mir spürbar nahe war. Ich hatte große Angst vor der Brustoperation. Nicht direkt vor dem Eingriff, sondern vor der Narkose.



FOTO: ULRIKE SCHEIDSTEGER

DIE FRAGE „WARUM“ FÜHRT  
ZU NICHTS. STATTDESSEN  
MÖCHTE ICH NACH VORNE  
SEHEN UND VON TAG ZU  
TAG LEBEN.



Ich hatte Panik, nicht wieder aufzuwachen. Auch wenn ich wusste, dass ich dann bei Jesus sein würde, wollte ich noch nicht sterben, sondern hier bei meiner Familie bleiben. Doch dann war es so, dass ich direkt vor dem Eingriff, als ich in den OP-Raum geschoben wurde, ganz ruhig war und Frieden hatte. Jesus war so spürbar nah, das war einfach wunderbar!

Als mir bei einem Eingriff der Port wieder entfernt wurde, konnte ich Jesus mit mir im Raum sehen. Das sind Momente, die man nicht so schnell vergisst. Ich hatte den Impuls gehabt, den Port schon früher her-

ausnehmen zu lassen als geplant – was sich als sehr gut herausstellte, weil alles schon miteinander verwachsen war.

## Dranbleiben statt aufgeben

Am Ende der Chemo war der Krebs vollständig weg, und auch bei dem entfernten Gewebe war nichts mehr festzustellen. Es war und ist immer noch ein Leben von Tag zu Tag, weil mein Körper mit den Nebenwirkungen der Chemo- und Strahlentherapie und dazu noch mit anderen Problemen zu kämpfen hat, aber es wird besser, und ich habe schon wieder mehr Kraft! Trotzdem ist mein Körper noch nicht wieder so fit, wie er es vorher gewesen ist. Auch mein Aussehen ist für mich noch ungewohnt, da ich nun keine blonden langen Haare, sondern überwiegend graue kurze Haare habe. Aber immerhin wachsen sie wieder!

Das Leben ist nicht immer so, wie man es sich wünscht. Hilfreich und wichtig ist, dass wir unser Leben so annehmen, wie es kommt, auch wenn das nicht immer einfach ist. Wenn wir unser Leben akzeptieren, mit allem Schönen und Schweren, das es mit sich bringt, sind wir einen großen Schritt weiter! Ich möchte dankbar sein für all das Gute in meinem Leben, auch für die kleinen Dinge. Und dranbleiben an Gott, auch wenn ich schwierige Situationen durchleben muss. Die Frage „warum“ führt zu nichts. Stattdessen möchte ich nach vorne sehen und von Tag zu Tag leben.

Es gibt Zeiten, in denen man an seine Grenzen kommt und diese sogar überschreiten muss. Was mir geholfen hat, war, mit Gott durch jeden einzelnen Tag zu gehen und nicht von ihm abzulassen, auch wenn er weit weg zu sein schien. Ich habe in der Bibel gelesen, wenn ich konnte, oder mir einen auswendig gelernten Bibelvers immer wieder in Erinnerung gerufen. Außerdem habe ich mir Menschen gesucht, die für mich da waren, für mich beteten und mit mir gemeinsam da durch gingen. Mit diesem Bericht und meinen Erfahrungen möchte ich andere ermutigen, in schwierigen Zeiten an Jesus festzuhalten, auch wenn wir in unserem irdischen Leben manches nicht verstehen.

*Ulrike Scheidsteger ist verheiratet und Mutter eines Sohnes.*

Heike Malisic

*Trösten lernen*

Warum reden manchmal  
besser ist als schweigen

---

**S**eit Beginn der Pandemie beten wir als Kirche jeden Abend zusammen für persönliche Anliegen. Auf unserem Instagram-Kanal kann man mit dabei sein. Viele Gebete sind erhört worden, manche nicht.

Die Familie von Franzi war Corona-positiv getestet. Ein paar Tage später kam die Nachricht, dass der Vater und die Mutter ins Krankenhaus auf die Intensivstation mussten. Franzis Vater wurde ins künstliche Koma gelegt und beatmet. Fast jeden Tag kamen neue Nachrichten, jeden Abend Gebet für ihn, irgendwann dann die Nachricht, dass ein Lufröhrenschnitt gemacht werden müsse. Jetzt lag alles allein in Gottes Hand, die Ärzte konnten nichts mehr für ihn tun. Kurze Zeit später kam die traurige Nachricht: Er hat es nicht geschafft.

Täglich lasen wir in den Medien, wie viele Menschen an Corona gestorben waren. Wir kannten den Vater von Franzi nicht, aber wir kennen sie. In dem Moment, in dem eine dir nahestehende Person stirbt, ist es nicht mehr nur eine Zahl, ist es nicht einer von tausend, die an diesem Tag gestorben sind. In dem Moment ist es ein ganz konkreter Mensch.

Als Kirche hat uns das sehr erschüttert. War unser Glaube nicht stark genug? Haben wir zu lässig gebetet? Am gleichen Abend erfuhren wir, dass eine krebskranke Freundin ins Krankenhaus gekommen war. Für sie wurde seit Monaten gebetet und gefastet. Einen Tag später ist auch sie gestorben.

Mein Vater ist vor einem Jahr gestorben. Er war 80. Unser Sohn ist vor 21 Jahren gestorben. Er war sieben. Franzis Papa war 66. Mara war 64 Jahre alt.

### **Versöhnt mit Gott?**

Wir alle werden im Laufe unseres Lebens mit dem Tod eines geliebten Menschen konfrontiert. Und wir erleben auch in unserem Umfeld, dass Menschen ihre Angehörigen verlieren. Viele wissen nicht, wie sie damit gut umgehen können, und fragen sich: Wie reagiere ich angemessen? Was kann, sollte oder darf ich jetzt tun? Und was nicht?

Mein Vater war, zumindest soweit ich das weiß, nicht mit Gott versöhnt. Das hat ganz schön etwas mit mir gemacht. Ja, das letzte Wort hat Gott, und wir wissen nicht, welche Entscheidungen ein Mensch noch auf dem Sterbebett trifft. Aber wirklichen Trost habe ich nicht im Herzen.

Bei dem Papa von Franzi hatten wir Frieden im Herzen. Franzi hatte uns letztes Jahr als Gemeinde darum gebeten, für ihre Eltern zu beten, dass sie zu Gott finden. Wir sind zuversichtlich, dass Gott diese Gebete erhört hat.

Mara ist jetzt ganz sicher bei Gott, denn sie hat ihren Glauben an Jesus offen bekannt. Wir hätten es uns trotzdem anders gewünscht.

Unser Sohn Julian darf seit 21 Jahren bei Gott sein. Das schenkt uns Trost.

### **Was mir geholfen hat**

Viele Menschen stellen sich hin und wieder Fragen wie: „Wie kann ich Angehörigen meinen Trost aussprechen? Was hilft wirklich? Soll ich anrufen? Hinfahren? Eine Nachricht schreiben? Eine Karte? Schicke ich Blumen? Geld? Was kann ich noch tun?“

Unser Sohn ist am 14. August 2000 in einem Badeurlaub ums Leben gekommen. Als wir danach nach Hause kamen, tat es gut, so viele Freunde an unserer Seite zu haben. Da kamen Freunde extra von weit her, um uns in unserer Trauer beizustehen. Ich erinnere mich, dass wir nicht nur 24 Stunden geweint haben, sondern auch damit beschäftigt waren, Dinge zu organisieren. Wir waren dankbar für Menschen, die uns dabei unterstützt haben.

Eine große Hilfe war ein befreundetes Ehepaar, das für uns die Kommunikation mit dem ADAC wegen der Überführung übernommen hat. Wir mussten noch zwei Tage auf Sardinien bleiben und die Nachbarn kamen und haben uns Essen gebracht. Zwar habe ich keinen Bissen heruntergebracht, aber die Geste war so tröstlich!

Der Unfall wurde im sardischen Fernsehen ausgestrahlt. Ein befreundetes Ehepaar, das weiter weg wohnte, hat das gesehen. Die beiden kamen zum Krankenhaus, um für uns zu beten. Sie haben nicht viel geredet. Sie waren einfach da.

Zu Hause haben Freunde uns bei der Organisation der Trauerfeier mit anschließendem Essen bei uns zu Hause geholfen. Ich musste mich um nichts kümmern.

Die Klavierlehrerin unseres Sohnes hat sich oft Zeit genommen, um mir zuzuhören. Ich kann mich noch an einen Tipp von ihr erinnern. Ich erzählte ihr, dass ich in den unpassendsten Momenten weinen müsste – mitten in einem Vortrag oder während des Einkaufens. Sie meinte, dass ich mir in solchen Momenten sagen könne: „Es passt gerade nicht. Später, zu Hause, heute

Nicht jedem fällt es leicht, über den Tod zu sprechen. Wenn es dir genauso geht: Trau dich! Ein „Es tut mir leid“ ist besser als schweigen.





# Weihnachten

Angekommen mit all meiner Sehnsucht  
und all meiner Mühe.

Ich schenke sie dir,  
statt Weihrauch und Myrrhe.

Angekommen mit all meinen Fragen  
und all meinen Ängsten.

Ich schenke sie dir,  
statt Gold und Weisheit.

Angekommen mit all meiner Schuld  
und all meinen Fehlern.

Ich schenke sie dir,  
statt des unschuldigen Schafes und der Engel Gesang.

Angekommen beim Kind in der Krippe,  
beim Licht des Friedens,  
beim Herz der Anbetung.

SIMONE SCHÖNUNG

