

*Originally published in English in the U.S.A. by Presbyterian
and Reformed Publishing Company, 1102 Marble Road,
P. O. Box 817, Phillipsburg, New Jersey, 08865, USA
under the title: Disrupted Journey.
© 2025 by Nate Brooks*

All rights reserved.

Hinweis zu den Bibelzitaten: Falls nicht anders vermerkt, wurde
die Übersetzung „Schlachter 2000“ verwendet.

Autor: Nate Brooks

ISBN: 978-3-86701-359-8
CMV-Bestellnummer: 701.359

© Christlicher Missionsverlag e.V., Bielefeld
1. Auflage: 2026

Übersetzung und Gesamtgestaltung: CMV
Printed in EU

Inhaltsverzeichnis

Einleitung	7
1. Wenn das Leiden keine Phase ist	14
2. Dieses Leben habe ich nicht bestellt!	25
3. Ein Fremder in einem fremden Land	38
4. Gott – unterbrochen?	50
5. Wir sind Staub	64
6. Beziehungen neu gestalten	78
7. Die Wolke von Zeugen	91
8. Das Ende	107
Danksagung	116
Anhang A: Für den Leser, der (noch) kein Christ ist	118
Anhang B: Chronische Schmerzen und Krankheit – und Sexualität	122
Endnoten	126

Für meine Frau Kate,
deren Standhaftigkeit im Leiden ich bewundere,

und

Jeremy und Alicia Wright,
treuen Freunden, Weggefährten und
Bewahrern meiner geistigen Gesundheit.

EINLEITUNG

Mein lieber Freund, was hast du Schweres erlebt, dass du ein Buch wie dieses in die Hand nimmst? Ich weiß es nicht. Und ich bezweifle, dass du je damit gerechnet hast, ein Buch lesen zu wollen, das dir helfen soll, in der rätselhaften Welt chronischer Schmerzen und Krankheiten zurechtzukommen. Auch mir wäre es früher im Traum nicht eingefallen, ein solches Buch zu schreiben. Doch die Tatsache, dass du es jetzt in den Händen hältst, spricht dafür, dass bei dir wie auch bei mir der Plan A deines Lebens zerrissen und durch Plan B ersetzt wurde. Oder durch Plan C oder irgendeinen anderen Buchstaben, noch viel weiter hinten im Alphabet.

Zunächst einmal möchte ich dir sagen, dass es mir leidtut. Es tut mir leid, dass du diesen Weg gehen musst. Es tut mir leid, dass du zusehen musst, wie dein geliebter Mensch leidet. Und es tut mir leid, dass auch du selbst auf hundertfältige Art leidest, oft unbemerkt von den anderen.

Vor ein paar tausend Jahren fragte ein Gelehrter den Herrn Jesus, welches Gebot im Gesetz Gottes er für das wichtigste hält. „Liebe Gott von ganzem Herzen und liebe deinen Nächsten wie dich selbst“, antwortete er. Klingt ganz einfach, nicht wahr? Aber wir wissen aus Erfahrung, dass einfache Anweisungen oft selbst in den „guten Zeiten“ am schwersten zu befolgen sind. Dieses Buch nun spricht darüber, wie man diese so einfach klingenden Gebote treu zu befolgen versucht, wenn man durch „schlechte Zeiten“ geht. Wie können wir Gott lieben, wenn er Schmerzen und Krankheiten in das Leben unserer Liebsten hineingelassen hat, durch die es sich komplett verändert hat? Und wie können wir unsere Liebsten richtig lieben, wenn sie darunter leiden, dass ihre ganze Welt auf den Kopf gestellt wurde?

Wenn du dich in dieser Situation befindest, hoffe ich, dass dir dieses kleine Buch Mut machen kann. Menschen, die unter chronischen Schmerzen und Krankheiten leiden, sagen oft, dass sie sich von ihren Mitmenschen vergessen oder übersehen fühlen. Ich bin dankbar, dass es immer mehr Hilfsangebote für diejenigen gibt, deren Körper besonders stark unter dem Fluch der Vergänglichkeit leiden. Aber für jeden Menschen, dessen Leben durch chronische Schmerzen oder Krankheiten erschwert wird, gibt es mindestens einen anderen, der ihn liebt und der ebenfalls darunter leidet, dass sein Leben ganz anders verläuft als erwartet. Wenn das Leiden eines geliebten Menschen dein Leben verändert und beeinträchtigt hat, ist dieses Buch genau für dich geschrieben. Ich kann nicht behaupten, ein Experte alles dessen zu sein, was du durchgemacht hast und noch immer durchmachst. Es gibt viele Menschen, die viel schwerer betroffen sind als ich. Aber ich hoffe dennoch, dass wir ein Stück dieses Weges gemeinsam gehen und uns gegenseitig Mut machen können.

Wie mein Haus niederbrannte

In meinem Beruf als Seelsorger kümmere ich mich vor allem um Personen und Familien, die in einem Kreislauf aus Missbrauch und Trauma gefangen sind. Deshalb erlebe ich oft aus nächster Nähe, wie schlimm es ist, wenn Menschen leiden und sich gegenseitig wehtun.

Wir Seelsorger haben mit Feuerwehrleuten viel gemeinsam. Wir beide rennen in brennende Häuser – die einen buchstäblich, die anderen sinngemäß –, um anderen zu helfen. Anschließend kehren wir zur Wache zurück. Dieses Buch jedoch stammt nicht aus dieser professionellen Perspektive. Es ist kein Buch eines Feuerwehrmanns über Methoden zur Löschung von Wohnungsbränden, sondern sein Bericht darüber, wie sein eigenes Haus vor seinen Augen abbrannte, ohne dass er etwas dagegen tun konnte.

Meine Frau Kate und ich haben uns an einer kleinen Highschool an der kalifornischen Zentralküste kennengelernt. Ich habe zehn Jahre gebraucht, um sie um ein Date zu bitten. Als ich es dann endlich tat, wurde mir schnell klar, dass ich in diesen zehn Jahren sehr viel verpasst habe. Sie war das Beste, was mir passieren konnte – und von dem ich nicht einmal wusste, dass ich es brauchte: mutig, temperamentvoll und immer bereit, etwas Verrücktes zu unternehmen. Sie ging singend und tanzend durch das Leben. Sie sagte offen ihre Meinung. Ihre Liebe zu Jesus strahlte aus jeder Faser ihres Wesens.

An einem heißen Nachmittag im Juni 2013 haben wir geheiratet. An jenem Tag ahnten wir nicht, dass die nächsten elf Jahre unseres gemeinsamen Lebens (und noch viel länger) von zwei Worten geprägt sein würden: chronische Schmerzen. Nur sechs Monate nach diesem glücklichen Tag begann unser Abstieg in ein Loch, aus dem wir seitdem nicht mehr herausgekommen sind.

Oft weiß ich nicht, wie ich am besten beschreiben soll, was schiefgelaufen ist. Es gibt so viele Ebenen, die dir sicherlich auch bekannt sind. Ich könnte über medizinische Details sprechen, über die unzähligen Besuche bei verschiedenen Ärzten, über Medikamente und über die immer wieder neu geweckte Hoffnung auf Heilung, die dann doch wieder in sich zusammenbrach. Vorbei sind die Tage, an denen wir zusammen joggen konnten. Vorbei die langen Wanderungen im Wald, die gewöhnlichen, einfachen Bewegungen und Berührungen, die unser Leben zuvor geprägt haben.

Ich könnte darüber reden, wie wir jeden Bereich unseres Lebens neugestalten mussten, weil immer wieder chronische Probleme auftauchten und wir uns einer neuen Realität stellen mussten. Vorbei sind die Zeiten geordneter Homeschooling-Lehrpläne, überschaubarer Budgets und eines „normalen“ Haushalts mit zwei Elternteilen.

Ich könnte über die dunklen Nächte der Seele sprechen,

in denen die Dinge über Gott, über uns selbst und über gute Theologie, von denen wir glaubten, sie zu wissen und zu verstehen, weit über das hinausgerückt wurden, was wir uns jemals hätten vorstellen können. Vorbei ist die übersichtliche Beziehung zu Gott, in der seine Herrschaft bedeutet, dass im Allgemeinen alles gut läuft und unser Glück den Maßstab des menschlichen Lebens darstellt.

Ich könnte darüber reden, wie sehr chronische Schmerzen und Krankheiten Beziehungen belasten, oder wie Leute, dies es gut meinen (und es besser wissen müssten) darauf bestehen, dass mehr Glaube oder ätherische Öle unser Leben wieder normal machen können, wenn wir nur wirklich glauben würden. Vorbei ist das Gefühl, verstanden zu werden und ein normales Leben zu führen.

Ich könnte dir von dem ersten eigenständigen Gebet meiner zweijährigen Tochter erzählen: „Gott, geht es Mama wieder besser?“ Oder von den Momenten, in denen ich den Lehrern meiner Söhne erklären musste, dass ihre Mutter nicht im Sterben liegt, sondern dass unsere Jungs nur ihre Angst verarbeiteten, sie könnte sterben. Die Unschuld meiner Kinder ist dahin, weil sie in einer Welt leben, in der sie bereits vor My Little Pony, Pokémon und anderen Dingen, die man im Laufe des Erwachsenwerdens kennenlernt, von starken Schmerzen erfahren.

Chronische Schmerzen und Krankheiten bilden im Film unseres Lebens die Hintergrundkulisse. Sie waren da, als wir frisch verheiratet waren und versuchten herauszufinden, wie wir unsere beiden Leben zu einem verschmelzen könnten. Sie waren da, als wir drei Kinder auf die Welt brachten und in vier verschiedenen Bundesstaaten lebten. Sie waren auch da, als wir zusahen, wie Gott Kates Vater zu sich holte. Sie haben sich durch jedes Ereignis, jeden Meilenstein und jeden Tag unseres Daseins geschlängelt. Und wenn nichts Unvorhergesehenes passiert, haben wir diesen treuen Begleiter vielleicht noch fünfundvierzig weitere Jahre bei uns.

Der Schnellste oder der Letzte

Ein Buch über Leiden zu schreiben ist keine geringe Herausforderung. Vielleicht hast du viel mehr Leid erfahren als ich. In diesem Fall ziehe ich meinen Hut vor dir und staune darüber, wie Gott dich hält und wie viel Kraft er dir gibt. Vielleicht gehörst du aber auch zu den Menschen, die sich fragen, ob sie überhaupt mitlesen dürfen. Du denkst vielleicht: „Natürlich haben wir unsere Probleme, aber Schmerzen und Krankheiten, die unser ganzes Leben auf den Kopf stellen, so weit ist es bei uns noch nicht.“

Es stimmt, dass einige von uns schwerere Lasten zu tragen haben als andere. Aber letztendlich trägt jeder von uns, dessen Ehepartner, Kind, Elternteil, Bruder, Schwester oder Freund unter chronischen Schmerzen und Krankheiten leidet, eine Last. Wir sind eine Gemeinschaft von Menschen, die versuchen herauszufinden, wie wir ein Leben führen können, das nicht mehr nach Plan A läuft, und in der Liebe auszuharren, so wie Christus uns liebt.

Mein Lieblingssport ist Langstrecken-Trailrunning. (Ich weiß, das klingt komisch.) Im Moment ist Courtney Dauwalter die beste Athletin in diesem Sport. Sie hat alle Rekorde gebrochen, den Streckenrekord beim 106 Meilen langen Lauf *Ultra Trail du Mont Blanc* sogar um über eine Stunde. (Das ist so, als würde ein Team den Super Bowl mit 43:8 gewinnen.) Trotz all ihrer sportlichen Erfolge finde ich ihre Einstellung gegenüber anderen Läufern noch beeindruckender. In Interviews sagt sie oft, sie sei nicht der Meinung, die beeindruckendste Athletin in dieser Disziplin zu sein. Nachdem sie den Streckenrekord beim Tahoe Rim gebrochen hatte, meinte sie, dass für sie „das Beste daran ist, die Leute anzufeuern. Wir laufen alle die gleichen Strecken. Es ist egal, in welchem Tempo man gelaufen ist; jeder hat 205 Meilen zurückgelegt.“¹

Die Ratschläge von Dauwalter haben mir sehr dabei geholfen, neue Freunde zu finden, deren Leben durch die Diagnose chronischer Schmerzen und Krankheiten eines

geliebten Menschen durcheinandergebracht wurde. In der Welt des Leidens gibt es keinen „schnellsten oder letzten“ Läufer. Wir alle haben unsere eigenen Kämpfe und Herausforderungen. Egal, an welchem Punkt du gerade bist, wenn du dein Leben neu schreibst, hoffe ich, dass dieses Buch dich erreicht.

Familiengeschichten und Privatsphäre

Bevor wir mit dem ersten Kapitel beginnen, möchte ich noch etwas loswerden. Dieses Buch ist *mein* Buch, in das Teile meiner Geschichte eingewoben sind. Es ist nicht die Geschichte meiner Frau. Sie taucht zwar als wichtige Figur immer wieder auf, aber ich erzähle nur wenig davon, was ihr passiert ist. Ich habe mich bewusst dafür entschieden, nicht viele Details darüber zu erzählen, was genau bei ihr körperlich schiefgelaufen ist. Ihre Geschichte dreht sich um plötzlich auftretende, schwächende Gesundheitsprobleme, deren Ursachen nie vollständig geklärt werden konnten, sowie um medizinische Eingriffe, die erhebliche, dauerhafte Schäden verursacht haben, für die es keine Heilung gibt. Aber die Einzelheiten sind *ihre* Geschichte und gehen nur sie etwas an. Es steht mir nicht zu, diese in einem Buch zu erzählen, das von der ganzen Welt gelesen werden kann.

Ich weiß, dass du wahrscheinlich auch in deiner eigenen Gemeinschaft mit diesem Dilemma konfrontiert bist: Wie viel sagen wir und wem? Ich danke dir daher für dein Verständnis, während ich versuche, die richtige Balance zu finden: genug Details zu verraten, um authentisch zu sein, aber nicht so viele, dass ich die Privatsphäre meiner Familie verletze.

Kate ist ebenfalls Seelsorgerin. Sie hat mein Buch durchgelesen und abgesegnet. An vielen Stellen hat sie mir geholfen, unsere Erfahrungen besser zu beschreiben. Wir beide wollen, dass unsere Erfahrungen auf dem Weg, den wir gegangen sind, von Gott genutzt werden, um andere

zu ermutigen, die sich auf dem steinigen Weg chronischer Schmerzen und Krankheiten befinden.

Wenn du die Seite umblätterst und mit dem ersten Kapitel anfängst, denk dran, dass ich für dich bete. Deine Reise ist eine, die du nie erwartet hättest, aber die Art und Weise, wie dein Glaube und deine Liebe dich antreiben, ist echt beeindruckend.

1. Wenn das Leiden keine Phase ist

Ich wünschte, du könntest die Aussicht genießen, die ich habe, während ich an diesem kleinen Buch arbeite. Wir wohnen auf einem Grundstück mit vielen Bäumen und es ist gerade Herbst. Als gebürtiger Kalifornier, der an die Ostküste gezogen ist, habe ich erst vor Kurzem erlebt, wie üppig grüne Bäume innerhalb weniger Tage von der feurigen Schönheit Tausender und Abertausender Blätter verschluckt werden, die ihre letzten Lebenstage damit verbringen, in allen leuchtenden Farben zwischen Gelb und Rot zu strahlen. In Kalifornien dauert der Herbst selten länger als ein paar Tage. Wenn man nicht aufpasst, hat man ihn schon verpasst. Hier in den Carolinas habe ich jedoch die verschiedenen Jahreszeiten unseres neuen Zuhauses schätzen und lieben gelernt.

Der Herbst geht in den Winter über und die Bäume ziehen sich vor den kalten Temperaturen zurück. Sie warten darauf, dass es wieder wärmer wird, um zu erwachen. Der Winter ist klar und frisch, gefolgt von Regen, Stürmen und der Schönheit des Frühlings in Carolina. Die Bäume erwachen, die Luft wird wärmer und neues Leben sprießt. Schließlich reift das neue Leben heran und die heiße Schwüle des Sommers beginnt. Das Zirpen der Zikaden begleitet meine Kinder, während sie im Wasserloch planschen, das sich im gemächlichen Verlauf des Baches in unserem Hinterhof gebildet hat.

Die Jahreszeiten kommen und gehen. Eine Saison wechselt die andere ab. Jede hat ihre Schattenseiten, aber auch viel Schönes. Wenn ich im Winter Eis von meiner Windschutzscheibe kratze, weiß ich, dass die Frostschrift früher oder später der Wärme weichen wird. Die Saison des Frostes wird vorübergehen.

Ich weiß nicht, wer auf die Idee gekommen ist, die

Erfahrung des Leidens mit dem Wort „Saison“ zu beschreiben, als wäre sie eine vorübergehende Jahreszeit. Nach kurzer Recherche findest du zahlreiche Bücher, die dich trösten, stärken und sogar auf die „Saison^a des Leidens“ vorbereiten wollen. In den daraus entstehenden Gebeten wird Gott darum gebeten, „meinen Bruder (oder meine Schwester) zu trösten und zu beschützen, während er (oder sie) diese Zeit des Leidens durchlebt“. Und tatsächlich gibt es Leiden, die zeitlich begrenzt sind und daher als eine Saison mit absehbarem Ende gelten können. Wir gehen durch das Tal des Todesschattens und kommen auf der anderen Seite wieder heraus.

Es gibt jedoch auch andere Arten von Leid und Traurigkeit. Wege, die nie aus diesem dunklen Tal herausführen. Jeder Schritt ist ein weiterer Schritt ins Leid. Auch wenn es Momente gibt, in denen der Weg etwas besser wird, führt er nie aus dem trostlosen Sumpf heraus. Solange du atmest, gibt es keine Hoffnung, dass diese „Jahreszeit“ vorübergeht. Der Winter ist hart – und wird nicht vorbeigehen. Hier an diesem Ort ist Leiden keine Jahreszeit, keine Saison – es ist zum Klima deines Lebens geworden.

Alles hat seine Zeit?

Gott hat uns in seinem Wort einige Rätsel hinterlassen. Eines davon ist die Frage, wer das Buch Prediger geschrieben hat. Der Verfasser hat sein Buch mit „Kohélet“ unterschrieben, was übersetzt „der Lehrer“ bedeutet. Die Tradition und einige Hinweise im Buch deuten darauf hin, dass König Salomo der Autor ist. Manche zweifeln jedoch daran. Aber unabhängig davon, wer der Verfasser ist, malt der Lehrer ein Bild vom Leben, das ein unangenehmes Gefühl hinterlässt. Schon seine ersten Worte stimmen

^a Anm. d. Übers.: In der deutschen Sprache wird meist das vielseitige Wort „Zeit“ verwendet (z. B. „Zeit des Leidens“), jedoch im Sinne einer vorübergehenden Lebensphase. Im Englischen ist „Saison“ (season) hingegen gleichbedeutend mit „Jahreszeit“.

uns auf das Thema ein: „O Nichtigkeit der Nichtigkeiten!, spricht der Prediger. O Nichtigkeit der Nichtigkeiten! Alles ist nichtig!“ (Prediger 1,2).

Etwa zwölf Kapitel später hat sich die Sichtweise des Lehrers auf die Realität kaum verändert. Er hat alles erkundet, was sich ein Mensch nur wünschen kann, und doch ist er, als er sein Fazit zieht, wieder am Ausgangspunkt angelangt: „O Nichtigkeit der Nichtigkeiten!, spricht der Prediger; alles ist nichtig!“ (Prediger 12,8).

Ich weiß nicht, wie es dir geht, aber ich finde seine Sicht auf das Leben ziemlich beunruhigend. Noch beunruhigender ist, dass die Bibel ihn als einen weisen Mann bezeichnet, der „gefällige Worte zu finden suchte und die Worte der Wahrheit richtig aufzuzeichnen“ (Prediger 12, 9–10). Der Lehrer ist kein Optimist, wenn es darum geht, die verschiedenen Arten von Leben zu betrachten, die Menschen führen können. Er hat alle Freuden des Lebens auskostet und kommt zu dem erschreckenden Schluss, dass alles Glück, das er genossen hat, die Leere und Nichtigkeit des Lebens immer noch nicht ausgleichen kann.

Die Nichtigkeit des Lebens ist unausweichlich – so die Erkenntnis des Lehrers. Die Frage ist nur, wie er damit umgehen will. Anstatt dagegen zu rebellieren, kommt er zu dem Schluss: „Und gedenke an deinen Schöpfer in den Tagen deiner Jugend, ehe die bösen Tage kommen und die Jahre herannahen, von denen du sagen wirst: »Sie gefallen mir nicht.«“ (Prediger 12,1). Die Worte des Lehrers haben etwas Sicheres, Endgültiges an sich. Es werden Jahre kommen, in denen sich die Widrigkeiten so sehr häufen, dass du sagen wirst: „Ich habe keine Freude mehr daran.“

In glücklichen Zeiten ist es leicht, diese Worte zu vergessen. Es gibt viele Dinge, die Freude machen. Dazu gehören gutes Essen, Familie, Beruf, Sport, Freunde, Natur, Ehe und vieles mehr. Doch der Lehrer möchte, dass wir uns daran erinnern, dass selbst in den glücklichsten Zeiten

auch Tage der Not kommen werden. Er ist sich dessen so sicher, dass er möchte, dass wir verstehen: Das Leben ist kein Märchen mit einem großartigen Happy End. Es ist keine Geschichte, in der sich am Ende alles vom Traurigen zum Glücklichen, vom Zerbrochenen zum Ganzen und von der Dunkelheit zum Licht entwickelt.

Alles hat seine bestimmte Stunde, und jedes
Vorhaben unter dem Himmel hat seine Zeit:
Geborenwerden hat seine Zeit,
und Sterben hat seine Zeit;
Pflanzen hat seine Zeit, und das Gepflanzte
ausreißen hat seine Zeit;
Töten hat seine Zeit, und Heilen hat seine Zeit;
Zerstören hat seine Zeit, und Bauen hat seine Zeit;
Weinen hat seine Zeit, und Lachen hat seine Zeit;
Klagen hat seine Zeit, und Tanzen hat seine Zeit...
(Prediger 3,1–4)

Vielleicht wollen wir mit Versen wie diesen die Vorstellung bekräftigen, dass unser Leiden nur eine Phase, eine vorübergehende Saison ist. Schließlich sagt der Lehrer, dass es für alles unter dem Himmel eine Zeit gibt. Es gibt eine Zeit zum Zerstören und eine Zeit zum Bauen. Es gibt eine Zeit zum Weinen und eine Zeit zum Lachen. Schlechte Dinge werden also durch gute ersetzt, nicht wahr?

So sehr wir uns diese Reihenfolge auch wünschen mögen, es ist einfach nicht das, was der Lehrer uns sagen will. Denn für jede Linie, die von Trauer zu Freude führt, gibt es eine, die in die entgegengesetzte Richtung verläuft. „Suchen hat seine Zeit, und Verlieren hat seine Zeit; Aufbewahren hat seine Zeit, und Wegwerfen hat seine Zeit. [...] Lieben hat seine Zeit, und Hassen hat seine Zeit.“ (Prediger 3,6.8)

Jeder Satz des Lehrers ist wahr. Es gibt eine Zeit zum Klagen vor Trauer und eine Zeit zum Tanzen vor Freude. Er meint jedoch nicht, dass das eine das andere *ersetzt*.

Eine Zeit des Zusammenbruchs wird nicht automatisch zu einer Zeit des Aufbaus. Diese Phasen folgen nicht zwingend aufeinander, geschweige denn immer in der Reihenfolge vom Schlechteren zum Besseren. Manchmal tun sie das. Doch für jede Trauer, die sich in Freude verwandelt, gibt es auch Liebe, die ins Gegenteil umschlägt.

Wir könnten nach dem Lesen dieses Abschnitts versucht sein, zu sagen: „Nun, da wir wissen, dass unser endgültiges Ziel der Himmel ist, ist *jedes* Leiden nur eine Phase.“ Damit bin ich durchaus einverstanden. Tatsächlich legt der Lehrer großen Wert darauf, dass wir uns in jungen Jahren an Gott erinnern, denn letztendlich kehrt der Geist zu Gott zurück, der ihn gegeben hat (Prediger 12,7). Aber das meinen wir normalerweise nicht, wenn wir mit Freunden oder auch unter Glaubensgeschwistern darüber reden, dass das Leid nur eine Phase ist. Wir meinen damit, dass diese Schwierigkeiten vorübergehen und wir wieder ein im Großen und Ganzen glückliches Leben auf Erden führen werden. Deshalb sind die Worte des Lehrers so beunruhigend. Jemand, der von absoluter Sinnlosigkeit redet, klingt nicht, als würde er erwarten, dass das Leben im Allgemeinen glücklich ist. Seine Erwartung, dass das menschliche Leben in tiefem Leid endet, wirkt endgültig.

Noch schwerer trifft es uns, wenn wir feststellen, dass auch die anderen Bücher der Heiligen Schrift diesen Gedanken bestätigen. Jesus sagt zu seinen Jüngern: „In der Welt habt ihr Bedrängnis“ (Johannes 16,33). Paulus bittet Gott, ihm seinen „Pfahl fürs Fleisch“ wegzunehmen, der sein Leben so schwer macht, dass er ihn als „Engel Satans“ bezeichnet, der ihn „mit Fäusten“ schlägt (2. Korinther 12,7). An anderer Stelle erinnert Paulus die römischen Christen daran, dass Gottes Schöpfung „der Vergänglichkeit unterworfen“ ist und „mitseufzt und mit in Wehen liegt bis jetzt“. Jeder Leser dieses Briefes kann seinen eigenen Körper anschauen und erkennen, dass auch er Teil dieser stöhnenden Schöpfung ist, die unter dem

Fluch der Vergänglichkeit lebt, während seine verfallenden Nerven, Sehnen und grauen Zellen nach Erlösung schreien (Römer 8,20–23).

Gottes Wort sagt uns nicht, dass wir auf der Erde etwas anderes als Leid erwarten sollten. Aber ganz ehrlich: Leid ist für mich nicht normal. Wenn ich das oben Geschriebene lese, beginnt mein Herz zu protestieren: „Nein, nein und nochmals nein! Ja, das steht zwar so in der Bibel, aber wir haben die Zeiten hinter uns gelassen, in denen solche Leiden als normal galten. Wir haben eine fortschrittliche Medizin. Wir sind jetzt aufgeklärter. Die Dinge müssen besser laufen.“

Unsere Erwartung, dass jedes Leiden vorübergehen muss, ist in einem Umfeld entstanden, in dem Wohlstand, Ruhe und die Leichtigkeit des Lebens als selbstverständlich vorausgesetzt werden. „Sicher, unser Leiden ist real, aber gib der Medizin nur genug Zeit, und sie wird wirken. Der klirrende Frost des Winters wird in der Wärme des Frühlings zu Knospen und Blüten aufbrechen. Halte einfach durch, mach einfach weiter. Es wird schon besser werden.“

Leben im Klima des Leidens

Chronische Schmerzen und Krankheiten funktionieren nun aber nicht so – nicht umsonst nennt man sie chronisch. Wenn du dieses Buch in der Hand hältst, kennst du die immerwährende Hoffnung auf einen weiteren Arzttermin nur zu gut. *Vielleicht*, nur *vielleicht*, wird dieser Arzt, dieser Eingriff, dieser Test oder dieses von der Schulmedizin nicht anerkannte Präparat *die* Lösung sein. Irgendwo muss das fehlende Puzzleteil doch zu finden sein, denn Puzzles werden immer vollständig geliefert und Leiden sind nur Phasen, die irgendwann vorüber sind.

Manchmal lässt sich aber kein passendes Puzzleteil finden. In C. S. Lewis' Buch *Der König von Narnia*² ist die kleine Lucy entsetzt, als der Faun Tumnus ihr von seinem

Land erzählt, in dem unter der grausamen Herrschaft der Weißen Hexe „immer Winter, aber nie Weihnachten“ ist. Das Leben im Land der chronischen Schmerzen und Krankheiten geht jedoch noch einen Schritt weiter, denn selbst wenn es einmal „Weihnachten“ ist, handelt es sich doch nur um eine kurze, strahlende Pause von den Symptomen. Es ist ein besonderes Ereignis, eine Reise oder die Freude über ein Videotelefonat mit einem Freund, der einen einfach versteht. Doch immer wieder kehrt man zum Winter zurück. Es ist Narnia am Nordpol, eine Welt, in der es nur Schnee, Frost und Eis gibt.

Hier auf Erden ist das Leiden keine vorübergehende Jahreszeit, sondern das vorherrschende Klima. Und wie ein Freund einmal zu mir sagte, scheint es oft, als würde dieses Klima immer schlimmer werden. Ein plötzlicher Abschwung wird zur neuen Normalität. Die Stunden des Schmerzes werden länger und ihre Heftigkeit nimmt zu. Ein Unfall oder eine Verletzung führt zu weiteren Verletzungen. Statt: „Es wird bestimmt besser werden“, sagen wir: „Ich hoffe, es wird besser werden.“ So wird das, was wir für unhaltbar hielten, zur neuen Normalität.

Das Evangelium des Wohlbefindens

Ich komme aus einer theologischen Tradition, die die Dummheit und die Gefahr des Wohlstandsevangeliums schon lange erkannt hat. Wir haben ein gutes Gespür dafür und durchschauen die Prediger, die ein luxuriöses Leben führen und versprechen, dass Gott im Austausch für im Glauben gespendetes Geld die Schatzkammern des himmlischen Reichtums, Erfolgs oder der Macht öffnen wird. Doch während wir das Evangelium vom wirtschaftlichen Wohlstand mit einem Augenrollen und einer fundierten Auslegung biblischer Texte verjagt haben, haben wir viel zu oft seinen Vetter durch die Hintertür hereingelassen. Wir wissen genug, um ein Evangelium

abzulehnen, das uns weismachen will, dass der Glaube materiellen Wohlstand bringt. Viel anfälliger sind wir jedoch für ein Evangelium, das uns verspricht, unser Glaube würde ungetrübte Zufriedenheit bringen. Dieses Evangelium des emotionalen Wohlbefindens gedeiht dort, wo wir meinen, tiefes, allgegenwärtiges und anhaltendes Leiden sei ein Fremdkörper im normalen Leben – einem Leben, das eigentlich von relativer Leichtigkeit und Gesundheit geprägt sein sollte.

Die Geschichte der Menschheit hilft uns zu erkennen, wie falsch das Evangelium des emotionalen Wohlbefindens ist. Einen ersten Einblick in das wahre Evangelium gab uns Gott bereits kurz nachdem Adam und Eva die verbotene Frucht vom Baum der Erkenntnis von Gut und Böse gegessen hatten. Nachdem er ihnen die schreckliche Realität ihres neuen Lebensraums und Lebens erklärt hatte – ein Leben, das damit enden würde, dass sie zu dem Staub zurückkehren, aus dem sie geschaffen worden waren –, versprach Gott, dass eines Tages ein Nachkomme der Frau dem Satan, der sie getäuscht hatte, den Kopf zertreten würde (1. Mose 3,15). Dieses Evangelium, diese gute Nachricht, gibt es schon so lange, wie dieser schreckliche Fluch unser Leben prägt. Und obwohl es eine Quelle der Hoffnung und Erlösung ist, hat es das menschliche Leben *nicht* von seinen allgegenwärtigen Problemen befreit.

Chronische Schmerzen und Leiden waren in der Geschichte der Menschheit immer irgendwie präsent. Hast du dich schon mal gefragt, wie viele von Abrahams Hirten sich beim Hinterherlaufen hinter einem flüchtigen Schaf das vordere Kreuzband gerissen haben? Oder wie viele von Davids Kriegern bei einem schiefgegangenen Training das Knacken von Knochen gespürt haben? Oder wie viele Mütter ihren eigenen Körper nach der Geburt nicht wiedererkannt haben (wenn sie diese überlebt haben)? In Zeiten, in denen es noch keine chirurgischen Eingriffe gab, waren solche Verletzungen dauerhaft und es gab keine

Hoffnung auf Heilung. Ein gerissenes Band bedeutete oft, dass jemand ein ganz anderes Leben führen musste als zuvor. Eine falsche Bewegung des Knies, ein Sturz die Treppe hinunter – und nichts war mehr wie früher.

In der Bibel wird ein Mann beschrieben, der ständig Schmerzen hatte. Der kleine Mephiboseth, der fünfjährige Sohn von Prinz Jonathan, wurde von einer seiner Ammen auf den Arm genommen, als diese erfuhr, dass sein Vater, Prinz Jonathan, und sein Großvater, König Saul, im Kampf von den Philistern getötet worden waren. In der Aufregung und Eile fiel Mephiboseth aus ihren Armen und verletzte sich schwer an beiden Füßen. Er erholte sich nie von dieser Verletzung und verbrachte den Rest seines Lebens als Krüppel.

Chronische Schmerzen und Krankheiten holen uns schnell in die Realität zurück, die wir in unserem Zeitalter der hochentwickelten Medizin oft vergessen. Letztendlich sind wir nicht die Herren unseres Schicksals oder die Kapitäne unserer Seelen. Durch Antibiotika, Impfungen und Operationen sind viele Krankheiten und Leiden der Vergangenheit in Vergessenheit geraten. Und doch können unsere modernen Fortschritte die Wahrheiten, die der Lehrer vor langer Zeit ausgesprochen hat, nicht überholen. Unser Normalzustand ist das Leid, die „Nichtigkeit der Nichtigkeiten“, während unsere Körper stöhnend auf Erlösung warten.

Das vergisst man leicht, wenn man sieht, wie vielen Babys Löcher im Herzen geflickt, wie vielen Menschen gebrochene Wirbel fixiert und wie vielen Tumore entfernt wurden. Unser Herz schreit: „Das darf nicht so sein!“ Aber wir müssen uns bewusst machen, dass diese Schreie eine Sehnsucht nach dem Garten Eden sind, einem Ort, an dem es keine chronischen Schmerzen oder Krankheiten gab. Sie sind jedoch kein realistisches Bild davon, wie das Leben auf einer verfluchten Erde aussehen sollte.

Ich bin so dankbar, dass einige meiner Freunde dank

des Wissens und Könnens von Ärzten nicht in die Welt der chronischen Schmerzen und Krankheiten abgerutscht sind. Aber sie bilden die Ausnahme und nicht die Regel. Im Laufe unserer Geschichte haben sich mehr Menschen nicht erholt als erholt. Und wenn mein Herz schreit: „Das ist nicht fair!“, dann kommen diese Worte aus dem „Evangelium des emotionalen Wohlbefindens“ – jenem Evangelium, das mich glauben lässt, dass Leichtigkeit, Glück, Ruhe und Gesundheit gerade jetzt meine selbstverständliche Lebenserfahrung sein sollten. Ja, Gott gibt uns Halt im Sturm. Aber nein, sein Halt bringt nicht alles in Ordnung. Die Zeit dafür ist noch nicht gekommen.

Das „Evangelium des emotionalen Wohlbefindens“ ist auch für einige der entsetzlich unhilfreichen Kommentare verantwortlich, die gegenüber Menschen mit chronischen Schmerzen und Krankheiten sowie ihren Familien geäußert werden. Dazu gehören Verse, die fälschlicherweise als Verheißungen verstanden werden, ungebetene medizinische Ratschläge, abgedroschene christliche Phrasen, ungerechtfertigte und unfreundliche Annahmen sowie unzählige andere gut gemeinte, aber letztlich verletzende Dinge. All das zeigt, dass die Menschen um uns herum, zumindest im Gesundheitsbereich, in einem anderen Klima leben als wir. Und ja: In einem Umfeld, in dem tiefes medizinisches Leiden nicht die Norm ist – zumindest nicht, bis man ein Alter erreicht hat, in dem man davon ausgeht, dass der Körper langsam nachlässt –, kann das Evangelium des emotionalen Wohlbefindens gedeihen. Oft fällt es Menschen schwer zu verstehen, wie stark chronische Schmerzen und Krankheiten das Leben beeinträchtigen können. Das kann zu großer Isolation führen.

Zum Glück gibt es das echte Evangelium, welches das „Evangelium des emotionalen Wohlbefindens“ wie billigen Schmuck aussehen lässt. Schließlich ist es die Geschichte von Gott selbst, der vom Himmel in diese Welt der absoluten Nichtigkeit kommt. Er kommt herab. Er

zeigt uns seine Herrlichkeit. Er wird gekreuzigt. Er steht von den Toten auf. Dann geht er, um einen ewigen Platz für uns vorzubereiten. Er schickt seinen Geist, um uns zu verändern und zu stärken, bis wir zu ihm kommen.

Das wahre Evangelium ist nicht weit weg von all den Sorgen und Schmerzen, die wir erleben, sondern begleitet uns. Es nimmt unseren Schmerz nicht weg, gibt uns aber Kraft für müde Hände und Trost für trauernde Herzen. Vielleicht hast du Fragen zu diesem echten Evangelium, Fragen, die vielleicht erst aufgetaucht sind, nachdem du mit der zerstörerischen Kraft von chronischen Schmerzen und Krankheiten konfrontiert wurdest. Wenn ja, ist das in Ordnung. Wir werden im vierten Kapitel darauf eingehen. Bis dahin schau dir an, wie Gott dir in den nächsten Kapiteln begegnet. Dein großes Leid braucht eine große Hoffnung, und Jesus ist die große Hoffnung der Welt.

2. Dieses Leben habe ich nicht bestellt!

In einer Welt voller chronischer Schmerzen und Krankheiten zu leben, ist verwirrend. Es ist, als wäre man in eine andere Stadt gezogen, deren Straßennetz man noch nicht kennt. Es gibt viele bekannte Sehenswürdigkeiten, und die gleichen Restaurantketten und Hotels säumen die Straßen. Hier und da ragen Kirchtürme in den Himmel, die einem bekannt vorkommen. Wie zu erwarten, sind die Straßen voll, wenn der Feierabendverkehr sie überrollt. Doch all diese vertrauten Elemente sind ganz anders angeordnet. Du biegst am Einkaufszentrum rechts ab und befindest dich plötzlich in einem Park statt in der Innenstadt. Die Elemente des Alltags sind uns vertraut, aber es ist, als hätte jemand sie alle in eine Kiste gestopft und eine Weile durchgeschüttelt.

Die Krankheit eines geliebten Menschen entfernt uns nicht von den bisherigen Elementen unseres Lebens. Ich muss immer noch unterrichten, einkaufen gehen und meinen Kindern dabei helfen, sich im Leben zurechtzufinden. Das Geschirr muss gespült und das Geld zusammengekratzt werden. Das Auto muss in die Werkstatt gebracht und die Rechnungen müssen beglichen werden. Der Urlaub wird geplant und tausend andere alltägliche Dinge werden erledigt. Und doch bleibt keine dieser Kategorien unberührt von der gesundheitlichen Krise, die meine Frau getroffen hat.

Das Buch *„Where Is the Mango Princess?“* hat mir dabei geholfen, dieses Phänomen in Worte zu fassen. Die Autorin, Cathy Crimmins, wurde vor allem durch ihre offenen und humorvollen Berichte über schwere Schicksalsschläge bekannt. Ihr Mann, ein Steueranwalt, erlitt bei einem Bootsunfall im ländlichen Kanada eine schwere Hirnverletzung. Er überlebte zwar, doch der Mann, der

aus dem Koma erwachte, war nicht mehr derselbe wie vor dem Unfall. (Der seltsame Titel des Buches geht auf seine sinnlose Frage zurück, die er während seines Krankenhausaufenthalts immer und immer wieder stellte: „Wo ist die Mangoprinzessin?“)

Cathy schreibt:

Unfälle teilen die Zeit in ein großes Vorher und Nachher. Stell dir vor, du wanderst mit deiner Familie über eine lange, flache Ebene. Plötzlich fällt ein brennender Meteorit vom Himmel und trifft ein Familienmitglied am Kopf. Der Meteorit reißt eine riesige Spalte in die Landschaft und zieht das Unglücksoffer in die Tiefe. Das nächste Jahr verbringst du mit einer Rettungsmission.

... Wie soll man ihn da überhaupt rausholen? ... Das ist nicht einfach. Die Kluft zwischen dem alten und dem neuen Leben ist größer, als man denkt. Man könnte selbst in die Dunkelheit stürzen, wenn man versucht, darüber zu springen. Und diese verdammte Spalte ist immer da, mit dem Unglücksmeteorit, der darin steckt. Man wendet sich davon ab und geht weiter über die weite Ebene des Lebens. Aber unterwegs muss man die Geschichte des Meteoriten erzählen. Man muss das große Loch im Boden und die kleinen Löcher, die er hinterlassen hat, beschreiben. Man träumt von der Zeit, bevor der Meteorit ohne Vorwarnung herunterkam. ... Es ist der Beginn einer neuen, verwirrenden Reise.

Nicht alle Geschichten über chronische Schmerzen und Krankheiten haben einen bestimmten Zeitpunkt, ab dem sich alles verändert hat. Oft wird erst nach langer Zeit eine Diagnose gestellt, nachdem es eine Phase frustrierender und mysteriöser Probleme gab. Manchmal gibt es auch gar keine klare Diagnose, sondern nur die dumpfe Frustration, zu wissen, dass sich der Körper verändert hat, ohne dass

jemand herausfinden kann, warum. Aber egal, wie deine Reise begann: Wir alle können nachvollziehen, dass es ein Vorher und ein Nachher gibt. Ich habe eine Frau davor und eine Frau danach. Vielleicht hast du ein Kind davor und ein Kind danach oder – je nach deiner Beziehung zu den Betroffenen – einen Elternteil davor und einen Elternteil danach. Wir alle haben ein Leben davor und ein Leben danach, egal, ob die Zeit dazwischen von einem langsamen Abstieg oder einem kurzen Moment geprägt ist, der für immer in unserem Gedächtnis bleiben wird.

Es ist nicht einfach, sich ein „Leben danach“ aufzubauen. Soll man damit rechnen, dass dieses „Leben danach“ immer so bleibt? Bedeutet das, die Hoffnung aufzugeben? Bedeutet es, eine harte Wendung des Schicksals einfach zu akzeptieren? Was behalten wir? Was müssen wir aufgeben? Wie finden wir uns in den neuen Umständen zurecht und wie gehen wir miteinander um – mit dem, was wir verloren, und dem, was wir gewonnen haben? Und all das passiert mitten im Leben, das einfach weitergeht. Man nimmt sich keinen Monat frei, um sein „Leben danach“ neu aufzubauen. Man muss sich einfach spontan anpassen, ohne zu wissen, was der nächste Tag, der nächste Monat oder der nächste Arztbesuch bringen wird und ob man den ganzen Plan vielleicht noch einmal neu schreiben muss.

„Unser Problem“ statt „dein Problem“

Bevor wir weitermachen, solltest du dir jedoch kurz überlegen, warum dich das überhaupt interessieren sollte. Es sind nicht *deine* Nerven, die schreien. Dein Körper zittert nicht am ganzen Leib. Du bist nicht derjenige, der zusammenbricht. Warum sollte dein Leben also durch den Schmerz eines anderen gestört werden? Schließlich gibt es überall Menschen, deren Sorgen und Probleme wir nicht auf uns nehmen. Wenn wir versuchen würden, die Lasten der ganzen Welt zu tragen, würden wir zusammenbrechen.