



viertelstunde
für den glauben



Editorial
Christoph Kunz
Paralympics-Sieger
SEITE 3

OSTERAUSGABE 2020 | www.viertelstunde.ch



**WAS WURDE AUS KIM PHUC,
DEM KLEINEN, MIT NAPALM
BOMBARDIERTEN MÄDCHEN?**

SEITEN 4/5

Wenn das Ende nicht das Ende ist



**THOMAS ZURBRÜGG: WIE VIEL
SCHICKSAL ERTRÄGT EIN MENSCH?**

SEITE 15



**STRESS IM JOB: MEHR ALS JEDE
VIERTE PERSON IST BETROFFEN**

SEITE 22

**Die Oster-
umfrage**

SEITEN 10/11

**Wettbewerb
auf Seite 23!**





FENSTER
ZUM SONNTAG

Näher am Leben
FENSTER ZUM SONNTAG,
die TV-Reihe zu aktuellen
Themen aus christlicher Sicht

www.sonntag.ch

SRF 1
SA 16.40 Uhr

SRF zwei
SO 12.00 Uhr

SRF INFO
SA 18.30 Uhr
SO 17.45 Uhr

ALPHA VISION



**Bitte senden Sie mir kostenlos das
Programm-Magazin «Schaufenster»**

Vorname/Name

Adresse/PLZ/Ort

Senden an: ALPHAVISION, Postfach 18, 4612 Wangen bei Olten
oder E-Mail an info@sonntag.ch

Produzenten: Magazin: ALPHAVISION, 4612 Wangen | Talk: ERF Medien, 8330 Pfäffikon ZH

Warum diese Zeitung?

Wir fragen Sie ganz unschweizerisch direkt: Wann waren Sie das letzte Mal überfordert? Oder wann sind Sie das letzte Mal gescheitert? Kaum jemand spricht gerne darüber, auch wenn wir das Gefühl von «ich schaffe es einfach nicht» alle kennen. Was wir in solchen Situationen gerade nicht brauchen, sind billige oder plakative Antworten. Deshalb finden Sie solche auch nicht in dieser Zeitung.

Was wir bieten, sind Geschichten und Texte, die Sie mit auf einen Weg nehmen, Ihr Leben und Ihren Glauben zu überdenken. Wie lebt jemand, der bei einem Unfall sein Gesicht zertrümmert hat? An wen wenden sich Herr und Frau Schweizer, wenn sie Probleme haben? Und was hat Ostern mit Scheitern zu tun?

Einfach ist es nicht, aber auch nicht hoffnungslos: Lassen Sie sich herausfordern. So könnte Ostern in diesen Tagen eine ganz neue Bedeutung erhalten. Wir wünschen Ihnen dabei Gottes Segen.

Matthias Spiess und Marc Jost,
Generalsekretäre der Schweizerischen
Evangelischen Allianz SEA

Herausgeberin dieser Zeitung ist die Schweizerische Evangelische Allianz.

Die Evangelische Allianz ist eine Bewegung von Christinnen und Christen aus evangelischen Kirchen. Sie entstand 1846 in England als erste interkirchliche Organisation von evangelischen Christen. Man besann sich auf das Wesentliche des christlichen Glaubens und pflegte das Miteinander. Die Bewegung breitete sich auf der ganzen Welt aus. Heute fördert die Evangelische Allianz in 130 Ländern die Zusammenarbeit von Kirchen, Gemeinden und Organisationen – auch in der Schweiz.



Schweizerische
Evangelische
Allianz



IMPRESSUM
Die Viertelstunde für den Glauben ist eine
Verteilzeitung, die in loser Folge erscheint.
26. Ausgabe, Februar 2020

AUFLAGE
150'000

ISSN 1663-7291

HERAUSGEBER
Schweizerische Evangelische Allianz SEA

REDAKTION
Daniela Baumann, Letizia Melek

MITARBEITENDE AUTOREN
Daniela Baumann, Thomas Feuz, Christian
Gfeller, Angelika Hergesell, Fritz Imhof,
Letizia Melek, Georges Morand, Markus
Richner, Hanspeter Schmutz, Salome von
Orelli, Christian Willi

GESTALTUNG/LAYOUT
Denis Simon, Creation One GmbH, Illnau,
Roland Mürner, SEA

DRUCK
DZZ Druckzentrum Zürich AG

BEZUGSADRESSE
SEA-Sekretariat
Josefstrasse 32, 8005 Zürich
043 344 72 00
info@viertelstunde.ch
www.viertelstunde.ch

BILDER
Titelseite: © Editions Ourania (Hauptbild)
© Christoph Kunz (oben rechts)
Innenseiten: Zur Verfügung gestellt
(wenn nicht anders vermerkt)

© SEA, Zürich 2020

BLB

BIBLE ENERGY



Mit der App Bible Energy bist
du online mit Gott - da wo du bist.
bible-energy.blb.ch



Diese Zeitung wurde Ihnen geschenkt von:

Machen wir das Beste draus!

Liebe Leserinnen und Leser

Niederlagen gehören zum Leben. Das ist bei mir nicht anders. Seit einem Motorradunfall vor 20 Jahren bin ich querschnittgelähmt. Mit den fatalen Folgen dieses Ereignisses musste ich umzugehen lernen.

Auch im Spitzensport sind Niederlagen Bestandteil jeder Karriere. Auf dem Weg zum Erfolg ist es entscheidend, wie ich damit umgehe. Den Fehler suche ich immer zuerst bei mir. Nur so kann ich daraus lernen. Das war ein wichtiger Faktor auf dem Weg zu meinen Goldmedaillen an den Paralympics in Vancouver und Sotschi. Der Erfolg gibt uns die Bestätigung, alles richtig gemacht zu haben. Das Scheitern ermöglicht uns, es noch einmal zu versuchen und weiterzukommen. Die Misserfolge waren notwendig, um die grossen Emotionen eines Paralympics-Titels zu erleben.



Im Moment des Scheiterns, im Moment des Schicksals habe ich gelernt, meinen Blick nach vorne zu richten und so über meine aktuellen Umstände hinaus zu sehen. Die Vergangenheit kann ich nicht ändern. Das Einzige, was ich beeinflussen kann, ist meine Zukunft. Im Hier und Jetzt kann ich die Zukunft gestalten. Dafür braucht es Ziele, Entscheidungen, Engagement und Disziplin.

Drei Dinge haben mir nach meinem Motorradunfall geholfen. Das erste ist mein optimistischer Charakter. Ich versuche stets, das Beste aus einer Situation herauszuholen. Das zweite ist die Unterstützung, die ich von vielen Menschen aus meinem Umfeld erhalten habe. Das dritte ist mein Glaube an Gott. Ja, Gott hätte diesen Unfall verhindern können. Aber er tat es nicht. Stattdessen gibt er mir täglich die Kraft, meinen Weg fortzusetzen.

Früher hätte ich viel dafür gegeben, diesen Unfall rückgängig zu machen. Und doch würde ich es nicht mehr riskieren. Ich weiss nicht, was ohne den Unfall aus mir geworden wäre, ob ich die wunderbare Frau getroffen hätte, die meine Ehefrau und die Mutter unserer vier schönen Kinder wurde. Aus Überzeugung kann ich sagen, dass ich mein Leben mit niemandem tauschen möchte. Ich liebe mein Leben – auch weil Niederlagen dazu gehören. Machen wir das Beste draus!

Christoph Kunz
Zweifacher Paralympics-Sieger Monoski

Inhalt

Kim Phuc: Botschafterin für den Frieden	4
143: eine Nummer für alle Fälle	6
Wie Kirchen helfen	8
Antonio und der schwierige Weg zurück	9
Umfrage über die Auferstehung	10
Ostern einfach erklärt	12
Die Firma mit dem kleinen Unterschied	14
Wie viel Schicksal erträgt ein Mensch?	15
Scham in anderen Kulturen	16
Mist? Mach Dünger draus!	18
Scheitern kann heilsam sein	21
Wenn's im Job schwierig wird	22
Wettbewerb: Mitmachen & Gewinnen	23

UNSERE DURCH KONFLIKTE ÜBERFLUTETE WELT HINTERLÄSST UNZÄHLIGE OPFER VON MACHTKÄMPFEN UND ANDEREN RIVALITÄTEN. UNTER DIESEN OPFERN STECHEN EINIGE AUS DER MASSE HERAUS UND BILDEN EINE LEHRSTUNDE IN MENSCHLICHKEIT: KIM PHUC, OPFER DER NAPALM-BOMBARDEMENTS WÄHREND DES VIETNAMKRIEGES, REIST UM DIE WELT UND RUFT ZU VERGEBUNG UND VERSÖHNUNG AUF.

Das kleine Mädchen entschieden, zu ver

Von Christian Willi

Ganze Generationen erinnern sich an das Foto des kleinen, nackten Mädchens, das während des traurig-berühmten Vietnamkrieges vor den Napalm-Bomben davonrennt. Wir schreiben das Jahr 1972. Das Foto geht um die Welt. Es verschafft seinem Autor Nick Ut sogar den Pulitzer-Preis. Aber wer kennt die Geschichte hinter dem Foto, die Geschichte von Kim Phuc, dem damals neunjährigen kleinen Mädchen?

Das «kleine Mädchen auf dem Foto» verdankt sein Leben dem kühlen Kopf des Fotografen: Gleich nach der Aufnahme hat er es ins Spital geführt. Dort wird es für tot gehalten und in der Leichenhalle aufgebahrt. Hier finden es seine Eltern nach drei Tagen Suche. Sie stellen fest, dass ihre Tochter noch atmet... Danach folgen 16 Monate mit Operationen und anschliessender Rehabilitation von den schweren Verbrennungen, die einen grossen Teil ihres Körpers bedeckten.

«Niemand wird mich je lieben»

Erst nach der Entlassung aus dem Spital entdeckt Kim Phuc das Foto, das sie so berühmt gemacht hat. «Ich habe es gehasst und ich habe mich geschämt, umso mehr als meine Brüder und Cousins auf dem Bild ihre Kleider noch hatten», gibt sie heute zu. «Aber meine Beziehung zu dieser Aufnahme hat sich geändert, als ich im Jahr 1994 mein erstes Kind zur Welt brachte. Ich betrachtete immer wieder dieses kleine Mädchen in Not, das ich gewesen war. Dann habe ich mir gesagt: Ich muss unbedingt etwas tun, um mein Baby und alle Kinder der Welt zu schützen, damit sie nicht auf dieselbe Weise leiden müs-

Ich erlebte schreckliche Alpträume mit dem Gefühl, dass ich nie geliebt werden könnte.



Kim Phuc mit ihrem Mann Toan.



Kim Phuc ist mit ihrer Geschichte eine Botschafterin für Frieden und V

sen. Und plötzlich ist dieses Foto zu einer mächtigen Kraft für den Frieden geworden.»

Während ihrer Jugend sah es ganz anders aus: Kim Phuc hatte den Eindruck, die Menschen hätten ihren Blick nur auf ihre Narben gerichtet. «Ich erlebte schreckliche Alpträume mit dem Gefühl, dass ich nie geliebt

werden könnte. Heute ist das nicht mehr der Fall, aber der Schmerz bleibt sehr intensiv. Ich kann mich zum Beispiel noch immer nicht kratzen.»

Für Propaganda ausgenutzt

Mit 19 Jahren beginnt Kim Phuc das Medizinstudium. Die vietnamesische Regierung merkt, dass Kims Ge-

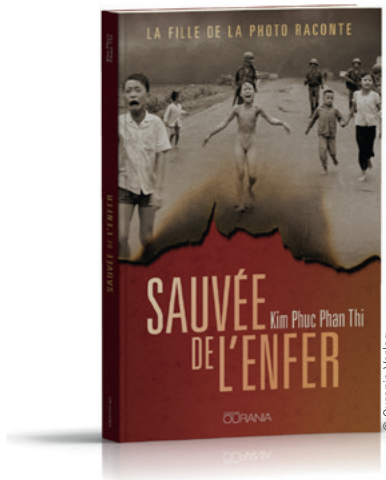
n hat sich geben



ersöhnung.

schichte zur anti-westlichen Propaganda dienen könnte und zwingt sie zu Unterrichtsabsenzen wegen verschiedenen Interviews und Reportagen. Dies geht soweit, dass Kim ihr Studium vorzeitig abbrechen muss. Sie ist bestürzt. Glücklicherweise gelingt es ihr bald, nach Kuba zu gehen, um ihr Studium fortzusetzen.

Aber in dieser Zeit ist sie wütend auf viele Menschen: Zuerst auf die Behörden, die sie daran hindern, ihren Traum zu verwirklichen. Auf die Soldaten, die ihren Körper für immer gezeichnet haben; ihr Leiden ruft die Missetaten täglich wieder in Erinnerung. Die Liste ihrer «Feinde» ist lang – so lang, dass Kim sogar zwi-



Buchempfehlung: *Sauvée de l'enfer* (Ourania-Verlag), ist auch in deutscher Übersetzung erhältlich (*Ins Herz gebrannt*, Gerth Medien).

schenzeitlich daran denkt, ihrem Leben ein Ende zu setzen.

Ich habe die Vergebung gewählt

Genau zu dieser Zeit, mitten in der Suche nach Sinn, fällt ihr Blick auf eine Bibel in einer Bibliothek von Saigon. Bisher war Kim in der vietnamesischen Religion des Caodaismus zu Hause, doch schnell wird sie ergriffen von der Botschaft von Liebe und Vergebung. Sie stellt sich Fragen über den Hass, den sie so vielen Personen gegenüber verspürt. «Die biblische Aufforderung zur Vergebung hat mich beschäftigt. Eines Tages habe ich beschlossen, eine Liste derjenigen Menschen aufzustellen, auf die ich wütend war. Offen gesagt wünschte ich allen, die meine Wunden verursacht hatten, den Tod. Doch an einem bestimmten Tag habe ich begonnen zu beten und Gott um Kraft zu bitten, dass ich ihnen vergeben kann. Ich habe jeden Tag gebetet. Es ist nicht einfach, zu vergeben. Je mehr Tage vorbeigingen, desto mehr trug mein Gebet Früchte. Tatsächlich stellte ich fest, dass mein Hass abnahm. Da stellte ich eine zweite Liste auf mit den Personen, denen ich schon vergeben konnte. Und die Länge der beiden Listen verlief in umgekehrter Richtung.»

© The Kim Foundation International

Kim Phuc, die nie damit gerechnet hatte, von einem Mann Liebe zu erfahren, fand ihren Gatten in Kuba, wo sie zum Studium hingereist war. Die Flitterwochen verbrachten sie in Russland, dem einzig möglichen Reiseziel für Angehörige eines kommunistischen Landes. Auf der Rückreise gab es eine Zwischenlandung in Kanada, um das Flugzeug aufzutanken. Da entschlossen sich die beiden, ihre

An einem bestimmten Tag habe ich begonnen zu beten, Gott um Kraft zu bitten, dass ich ihnen vergeben kann. Ich habe jeden Tag gebetet.

Reise abubrechen und aus ihrem angestammten Land zu «desertieren».

Botschafterin für den Frieden und die Versöhnung

Kim Phuc, die noch immer nicht willkommen ist in ihrem Geburtsland, durchquert die Welt um ihre Geschichte zu erzählen. Sie gibt Zeugnis vom Glauben an Jesus Christus, der ihr ermöglicht hat, zu vergeben. Sie verkündet jedem, der es hören will, Frieden und Versöhnung. Die UNESCO ernannte sie 1994 zur Sonderbotschafterin.

1996 hat Kim sogar zu Veteranen des Vietnamkrieges gesprochen, die sich in Washington trafen. Der Mann, der den Befehl zum Abwurf der Bomben auf das Dorf der Familie von Kim Phuc gegeben hatte, liess ihr eine Einladung zu einem persönlichen Treffen überreichen. Im Verlauf des dreistündigen Gesprächs konnte Kim einem ihrer Übeltäter Vergebung zusprechen. Tatsächlich: das Foto, das sie lange verfolgt hatte, wurde zu einer mächtigen Kraft für den Frieden.



Matthias Herren, Geschäftsführer der Regionalstelle Zürich, im Büro.



Ein Telefonraum der Regionalstelle Zürich.

143: eine Nummer für alle Fälle

DIE DARGEBOTENE HAND

SIE SIND STARK IM ZUHÖREN UND GEBEN ANREGUNGEN, ERTEILEN ABER KEINE RATSCHLÄGE. DIE EXPERTINNEN UND EXPERTEN DES SORGENTELEFONS FÜR ERWACHSENE SIND TAG UND NACHT ERREICHBAR.

Von Thomas Feuz

Rund 640 Freiwillige engagieren sich während 24 Stunden an 7 Tagen pro Woche. Die grösste Regionalstelle ist Zürich, die kleinste Deutschschweizer Sektion die Region Basel. Das Ange-

bot für Gespräche «rund um die Uhr» gibt's auch in der französisch- und italienischsprachigen Schweiz.

Tel 143 – Wort für Wort
Wie wird man ehrenamtliche Beraterin, was macht ein ehrenamtlicher Berater? Matthias Herren, Geschäftsführer von Tel 143 Zürich, weiss mehr. Er erwartet mich im 3.

Stock einer älteren Liegenschaft im Zürcher Quartier Hottingen.

Matthias Herren, wer kann Ihr Angebot nutzen?

Grundsätzlich alle, für alles und zu jeder Zeit. Das ist unsere grosse Stärke. Es gibt in der Schweiz sehr viele gute, spezialisierte Angebote. Aber

es gibt kaum jemanden, der für alle Fragen offen ist. Tel 143 ist eine der niederschwelligsten Erstanlaufstellen. Wir hören zu, geben den Anrufenden Raum, ihre Schwierigkeiten in Worte zu fassen, ruhig zu werden und klarer zu sehen. Die grossen Lebens-themen wie Beziehungsprobleme, Ängste oder Verlust sind Dauerbrenner.

Wie kann eine einzelne Person von Tel 143 auf alle Fragen eine Antwort haben?

Antworten haben unsere Mitarbeitenden keine. Doch dank einer guten Ausbildung wissen sie, wie man gut zuhört. Das heisst auch, Rückmeldungen zu geben, Ver-

trauen zu schenken, einen Raum aufzutun. So fragen wir: «Wie wäre es, wenn Sie sich zum Beispiel an ... wenden würden?» Wir wollen Impulse geben, unsere Anrufenden ermutigen, nach vorne zu schauen und erste Schritte zu gehen. Vor Ratschlägen halten wir uns zurück.

Wo hat Tel 143 seine Wurzeln?

In den 1950er-Jahren nahmen sich pro Jahr doppelt so viele Menschen das Leben wie heute. Die Gründer der Dargebotenen Hand wollten 1957 ein Angebot schaffen, wohin sich Menschen in ihrer Verzweiflung wenden



© Die dargebotene Hand

konfessionell neutral. Glaube und Religion werden nur dann zum Thema, wenn Anrufende danach fragen.

Wie hat sich die Arbeit entwickelt?

Wir sind seit den 1970er-Jahren gesamtschweizerisch präsent. 1976 teilte die damalige PTT der Dargebotenen Hand die Nummer 143 zu. Schlagartig stieg die Zahl der Gespräche in der Region Zürich auf 12'000. Heute sind es schweizweit jährlich über 170'000 Gespräche und gegen 7000 Onlinekontakte.

Wie finanziert sich Tel 143?

Für Anrufende kostet die Verbindung 20 Rappen, egal wie lange ein Gespräch dauert. Diese Gebühr wurde eingeführt, um Juxanrufe einzudämmen. Tel 143 wird durch Spenden finanziert. In Zürich decken die Kirchen 55 Prozent der Kosten, in anderen Regionen ist dieser Anteil etwas kleiner. Die restlichen Einnahmen verteilen sich auf Einzelspenden, Kollekten, den Verkauf von Schoggiherzen und in seltenen Fällen auch Legate.

Sie sind Geschäftsleiter der Regionalstelle Zürich ...

Wir haben 96 freiwillige Mitarbeitende, dazu kommen fünf Angestellte mit total 365 Stellenprozenten. Unsere Ausgaben betragen rund 900'000 Franken pro Jahr. Darin enthalten sind Löhne, Spesen, Mietkosten, ein Wochenende mit allen Freiwilligen. Pro Tag sind neun freiwillige Mitarbeitende im Einsatz; zusätzlich engagieren sich pro Woche zehn Mitarbeitende in der Online-Beratung. Die Zahl der Anrufe hat im letzten Jahr um rund 15 Prozent zugenommen. 2018 standen unsere Freiwilligen während 13'398 Stunden im Einsatz.

Welche Themen beschäftigen - und wer ruft an?

Grundsätzlich kann man sagen: Es gibt nichts, was es nicht gibt. Einmal wünschte sich jemand ein Gutenacht-Lied. Kurz vor dem Suizid sagten Leute auch schon: «Sie sind die letzte

Kurz vor dem Suizid sagten Leute auch schon: «Sie sind die letzte Person, mit der ich rede.»

Person, mit der ich rede.» Nicht selten leiden Menschen an Depressionen und haben berufliche Schwierigkeiten oder Beziehungsprobleme. Ein grosses Thema ist die Einsamkeit, nicht nur bei alten Menschen, sowie Mobbing und Gewalt. Die Statistik der Anrufe zeigt folgendes Bild: Alltagsbewältigung (24% der Kontakte), psychische Leiden (21%), Einsamkeit (11%), körperliche Leiden (7%), Familie/Erziehung und Partnerschaft (je 6%), Beziehung allgemein (5%) und Arbeit/Ausbildung (3%). Weitere Themen sind zum Beispiel Verlust, Existenzprobleme und Suchtverhalten.

Wer ruft eigentlich an?

40 Prozent der Anrufenden sind 41- bis 65-jährig, 22 Prozent zwischen 19 und 40, 29 Prozent über 65 Jahre alt. Im Online-Bereich ist ein gutes Drittel der Kontakte unter 18. Hier kommen existenzielle Themen wie Suizid fünfmal mehr vor als am Telefon.

Was raten Sie betroffenen Menschen?

Grundsätzlich wollen wir mit der Person ins Gespräch kommen. Wir stellen etwa die Frage nach den Ressourcen. Das können Personen sein, aber auch Strategien, wie frühere Krisen überwunden wurden. Wir agieren nicht fordernd, sondern mitteilend und anregend, weisen auf mögliche andere Angebote hin.

Was braucht Tel 143 in Zukunft?

Es ist sicher wichtig, dass wir präsent bleiben und der Bekanntheitsgrad wächst. Wir brauchen Ressourcen, genügend Freiwillige, die fünf Stunden pro Woche plus Supervision und Weiterbildung investieren, und die nötigen

Finanzen. Seit einiger Zeit bieten wir Chats an. In der Chat-Beratung übersteigt die Nachfrage unser Angebot bei Weitem. Das Telefon bleibt wichtig. Doch in Zukunft ist es entscheidend, dass die Kontaktsuchenden aus verschiedenen Kanälen wählen können.

Persönliche Frage zum Schluss: Ihr Credo?

Die Dargebotene Hand ist die Verkörperung der Überzeugung, dass mit «nichts» machen sehr viel passieren kann. Da sein, zuhören: So verändern wir die Welt, zumindest jene des Gegenübers am andern Ende der Leitung. Gelegentliche Rückmeldungen sind ein schöner Ausdruck des Danks und motivieren enorm.

Zur Person: Matthias Herren hat drei erwachsene Kinder. Er ist Theologe und Geschäftsführer von Tel 143 Region Zürich.

Da sein, zuhören: So verändern wir die Welt.

Eine bleibende Erinnerung

Ein kurzer Blick in einen der Telefonräume macht mir bewusst, wie wichtig das Engagement von Tel 143 ist. Wie gut, gibt es eine unkomplizierte, vertrauliche Anlaufstelle! Ich nehme mir vor, die Nummer Tel 143 im Handy zu speichern. Als Erinnerung an einen interessanten Kontakt, vielleicht auch vorsorglich für den Fall der Fälle. Man(n) weiss ja nie im Leben. ■

SUIZID IN DER SCHWEIZ



© pixabay.com

Viele Menschen fühlen sich einsam und haben kaum soziale Unterstützung.

Ende der 1950er-Jahre betrug die jährliche Suizidrate 23 Personen pro 100'000 Einwohner, heute noch die Hälfte. Suizide werden in der Schweiz systematisch erfasst, nicht aber Suizidversuche. Erstmals wurden deshalb 2017 in der Schweizerischen Gesundheitsbefragung «Suizidge-danken und Suizidversuche in der Schweizer Bevölkerung» Fragen zu Suizidversuchen gestellt.

Gemäss der Studie haben rund 3 Prozent der Schweizer Bevölkerung oder 200'000 Menschen schon versucht, sich das Leben zu nehmen. Viele von ihnen fühlen sich psychisch belastet oder leiden an körperlichen Beschwerden – doppelt so oft wie die restliche Bevölkerung. Die Studie zeigt, dass rund 15 Prozent der Befragten vor ihrem Suizidversuch mit niemandem über ihre Probleme gesprochen haben. Sie fühlen sich einsam und haben wenig oder keine soziale Unterstützung. Darum ist es wichtig, sich jemandem anzuvertrauen und über suizidale Krisen zu sprechen.

Gesprächstipps und Hilfe gibt's bei folgenden Stellen:
www.143.ch | www.reden-kann-retten.ch

«Da ruft doch niemand an!», wurde behauptet. Sie sollten nicht recht behalten: Bereits im ersten Jahr zählten wir mehr als 3600 Anrufe.

können. Doch das Angebot stiess bei vielen auf Skepsis. «Da ruft doch niemand an!», wurde etwa behauptet. Sie sollten nicht recht behalten: Bereits im ersten Jahr zählten wir mehr als 3600 Anrufe.

Gibt es ähnliche Angebote im Ausland?

Ja, doch der Name «Die Dargebotene Hand» ist einzigartig. In Deutschland und Österreich übernimmt diese Aufgabe die Telefonseelsorge, in Italien das «Telefono Amico». Übrigens: Tel 143 ist



KIRCHE IN DER GESELLSCHAFT

Wie helfen Kirchen?

WIR MENSCHEN SIND VERSCHIEDEN UND – OBWOHL UNS DIE MEDIEN ETWAS ANDERES SUGGERIEREN – KEIN MENSCH IST PERFEKT. JEDE UND JEDER HAT SEINE «BAUSTELLEN» IM LEBEN. WIE GUT, DASS ES ANLAUFSTELLEN GIBT, UM SICH IN SCHWIERIGEN LEBENSITUATIONEN HILFE UND BERATUNG ZU HOLEN. MIT IHREN VIELFÄLTIGEN ANGEBOTEN LEISTEN KIRCHEN EINEN WERTVOLLEN BEITRAG IN DER GESELLSCHAFT. WIR STELLEN EINIGE DAVON VOR.

1. Verein Noah, BewegungPlus Winterthur

Kinder- und Jugendarbeit, eine Kleinkinder-Spielgruppe, zeitlich befristete Wohnangebote für Menschen in Krisen, Beratungsdienstleistungen und Seelsorge, Beschäftigungsplätze für leistungseingeschränkte Menschen: Der Verein Noah der evangelischen Freikirche BewegungPlus unterstützt und begleitet Menschen und will die Stärken und Fähigkeiten des Einzelnen fördern. Ziel ist, dass diese Menschen konstruktiv das Leben bewältigen und Selbstständigkeit und Eigenverantwortung erlangen können. Akzeptanz und Respekt gegenüber Menschen, die andere Meinungen und Prägungen haben, sind zentrale Werte. Der Verein versteht seine Aufgaben als Dienst am Menschen und setzt auf professionelle Leistungen mit einem optimalen Kosten-Nutzen-Verhältnis.

2. Verein Netz4, EMK Zürich

Das Netz4 ist dank der Initiative von Mitgliedern der Evangelisch-methodistischen Kirche Zürich 4 entstanden. Mitten in Zürichs Rotlicht- und Vergnügungsviertel unterstützt das Netz4 Kinder und Jugendliche, ihre Eltern sowie Menschen am Rand der Gesellschaft in ihrem Alltag. Sie werden als gleichgestellte Menschen mit Begabungen und Ressourcen gesehen, die es zu entdecken und fördern gilt. Integration, Hilfe und Unterstützung stehen im Zentrum. Das heisst auch, sich auf Menschen einzulassen, mit ihnen schwierige Situationen auszuhalten, gemeinsam nach Möglichkeiten zu suchen, um ihre Perspektive zu verbessern.

3. Plan C und Wetterbaum, Chrischona Frauenfeld

Zwei Projekte sind aus der Chrischona Frauenfeld entstanden: Die Anlaufstelle Plan C und die Sozialfirma Stiftung Wetterbaum. Plan C bietet jungen Menschen kostenlos praktische Orientierung und Begleitung bei schulischen, beruflichen und administrativen Themen. Die Stiftung Wetterbaum bietet Sozialhilfe-Empfängerinnen und -Empfänger, Flüchtlingen und vorläufig Aufgenommenen sowie Menschen mit einer IV-Integrationsmassnahme wirtschaftsnahe Arbeitsplätze. Ziel dieser Projekte ist, die berufliche und soziale Integration benachteiligter Menschen zu erleichtern oder zu ermöglichen.

4. REFRESH, GPMC Thun

Die GPMC sieht als Kirche den Auftrag, Hände und Füsse Gottes zu sein und den sozialen Nöten der Gesellschaft zu begegnen. Ein Projekt, das von Personen aus der Gemeinde gestartet wurde, ist REFRESH. REFRESH ist ein Gefängnis-Beschäftigungsangebot, um inhaftierten Menschen zu zeigen, dass sie nicht vergessen werden. Die Initianten sind überzeugt, dass kleine und auf den ersten Blick unbedeutende Gesten im Alltag der Gefangenen Grosses bewirken und eine neue Perspektive und Hoffnung geben können.

5. Chrischtehüsli Zürich, verschiedene Denominationen

Zentral bei der Drogenarbeit sind Beziehungen zu Drogensüchtigen, die oft einsam sind und von der Gesellschaft gemieden werden. Bei Gott ist aber jeder Mensch gleich viel wert. Mit dieser Motivation arbeitet das Chrischtehüsli. Es begleitet Menschen ein Stück auf dem Weg zu einem suchtfreien Leben – unter anderem mit Gemeinschaft, Spielen, Diskussionen und praktischer Hilfe. Der Fokus des Chrischtehüsli hat sich im Laufe der Zeit verändert, wurde aber seit dem Anfang von Christen der Stadt Zürich getragen, welche die gleiche Vision teilen.

6. Einzeltern-Ferien, Reformierte Kirche Ittigen (BE)

Eltern sind im Familienalltag meist stark gefordert. Erst recht gilt dies für Alleinerziehende, die häufig auf sich gestellt sind. Sie haben mit dem Zerbruch der Beziehung ein dramatisches, lebensprägendes Erlebnis zu tragen, sind überdurchschnittlich von Armut betroffen, müssen sich in sozialen Situationen häufig rechtfertigen und als Bittsteller auftreten. Der Kirchgemeinde Ittigen ist es ein Anliegen, diese Menschen zu entlasten, für den Alltag zu stärken, ihnen Hoffnung und Würde zu geben. Sie führt finanziell erschwingliche Ferienwochen für Einzeltern-Familien durch und lädt Alleinerziehende monatlich zu einem festlichen Abendessen, Austausch und Gemeinschaft ein.



© Ruben Ung

«Mit Gottes Hilfe fand ich wieder zu mir selbst.»

NACH SCHWEREN SCHICKSALSSCHLÄGEN VERFIEL ANTONIO M.* (70) IN EINE TIEFE DEPRESSION, DIE IHN FAST DAS LEBEN KOSTETE. STABILITÄT UND DAS GEFÜHL, WIEDER SICH SELBST ZU SEIN, FAND ER IM OBSTGARTEN DER HEILSARMEE UND DURCH SEINEN GLAUBEN AN GOTT. ANTONIO ERZÄHLT SEINE GESCHICHTE.

**Aufgezeichnet von
Angelika Hergesell**

Meine erste Ehe scheiterte nach zehn Jahren. Meine Frau verliess mich und nahm unseren gemeinsamen Sohn mit. Fünf Jahre lebte ich allein, bis ich Anna* kennen lernte. Wir heirateten und bekamen eine Tochter. Doch als Schmuckhändler auf Märkten konnte ich nicht für zwei Familien aufkommen. Deshalb nahm ich eine Anstellung in einer Betonfabrik an. Wenig später wechselte ich den Job und begann, Rollstühle und Pflegebetten an Spitäler und Altersheime auszuliefern. Es war eine gute Arbeit, mit der ich sowohl meine Familie ernähren als auch die Alimente bezahlen konnte. 13 Jahre lang fuhr ich für meine Arbeit durch die ganze Schweiz.

Wenn sich das Unglück häuft
Leider kam es zum Konkurs der Firma. Inzwischen war ich 58 Jahre alt und meine Chancen auf eine neue Stelle standen schlecht. Ich wurde ausgesteuert. Ohne Arbeit kamen die Sorgen. Meine Ehe litt so sehr darunter, dass sich Anna von mir scheiden liess. In dieser schweren Zeit verstarb auch meine Mutter. In kurzer Zeit verlor ich alles, was mir etwas bedeutete. Zuvor war ich ein gestandener Mann mit Frau, Kindern, Auto und Ferien. Nun hatte ich nichts mehr. Ich verfiel in eine tiefe Depression und hatte panische Angst, das Haus zu verlassen. Es wurde so schlimm, dass ich mich nicht einmal mehr wusch und kaum noch aus dem Bett kam.

Alles erschien hoffnungslos, ich quälte mich durch den Tag, sah keine Zukunft mehr und dachte daran, mein Leben zu beenden.

Der schwierige Weg zurück ins Leben

Nur der Gedanke an meine Kinder hielt mich davon ab. Deshalb liess ich mich in eine psychiatrische Klinik einweisen. Dort erhielt ich Medikamente und machte eine begleitende Psychotherapie. Nach drei Jahren ging es mir endlich besser, und mein behandelnder Arzt sagte mir: «Ihr Zustand hat sich stabilisiert. Es wird Zeit, dass Sie in eine andere Institution wechseln.» Er empfahl mir den Obstgarten der Heilsarmee. Ich fuhr hin und wusste auf Anhieb: Hier gehöre ich hin – das ist mein Platz!

Der Wunsch nach Zweisamkeit

Hier im Obstgarten bin ich endlich wieder unter Leuten. Ich bin ein Allrounder und packe überall mit an, fertige Stifthalter an und spalte Holz für Anzündhilfen. In meiner Freizeit fahre ich Velo oder führe die Lamas und Alpakas des Obstgartens spazieren. Vor sechs Jahren habe ich zum Glauben an Gott gefunden. Es ist ein Wunder, dass ich die Krankheit überwinden konnte! Gott half mir, wieder zu mir selbst zu finden. Ich habe auch einen guten Draht zu meinen Kindern. Sie besuchen mich regelmässig und sie staunen über meine Veränderung. Ich hoffe, 90 Jahre alt zu werden, wie meine Mutter. Und ich wünsche mir, wieder eine Frau an meiner Seite zu haben. In meinen letzten Jahren möchte ich nicht einsam sein. ■



© Ruben Ung

Im Obstgarten der Heilsarmee konnte Antonio seine Krankheit überwinden.

OBSTGARTEN ROMBACH

Im Obstgarten in Rombach finden Frauen und Männer, die an einer psychischen Erkrankung leiden oder sich in einer sozial schwierigen Lage befinden, einen Wohn-, Arbeits- oder Beschäftigungsplatz. Es stehen 34 Plätze zur Verfügung. Der «wörkschop» bietet 29 Tagesstrukturplätze an. Die Betreuten können verschiedene Aufgaben im Bereich Werkatelier, Café und Schreinerei selbstständig bewältigen. Im Ladenlokal werden die handgefertigten Produkte verkauft – von Anzündhilfen und Kerzen über Deko- und Geschenkartikel bis hin zu Dörr- und saisonalen Produkten aus der Gärtnerei.

www.heilsarmee-obstgarten.ch

* Zum Schutz der Privatsphäre wurden die Namen geändert und eine unbeteiligte Person abgebildet.

Die Frage «Glauben Sie an die leibliche Auferstehung von Jesus Christus?» beantworten heute noch 26 Prozent der Bevölkerung mit Ja, 2007 waren es 33 Prozent, 2012 noch 30 Prozent. Umgekehrt glauben heute 61 Prozent nicht an eine leibliche Auferstehung Jesu, genau gleich viele wie 2012. Heute sind sich aber 13 Prozent bei der Beantwortung dieser Frage nicht mehr sicher, 2012 waren es 9 Prozent gewesen.

Sprachregionen gleichen sich an

2012 stimmten weniger Männer (27%) als Frauen (34%) zu, heute sind sich beide Geschlechter mit 26 Prozent Ja auf einem tieferen Niveau einig geworden. Während die Frauen in dieser Frage heute stärker mit einem Nein oder mit Unsicherheit antworten, hielt sich der Unglaube der Männer praktisch stabil. Am stärksten ist die Zustimmung bei den 30- bis 44-Jährigen (28%), am kleinsten an den Rändern, bei den 15- bis 29-Jährigen wie auch bei den 60- bis 79-Jährigen (je 24%).

Während die Zustimmung der Suisse Romande in dieser Frage praktisch gleich blieb (heute 24% gegenüber 25%), sanken die Werte der Deutschschweiz (heute 26% gegenüber 32%) auf die Werte der Westschweiz. Der Auferstehungsglaube ist überdurchschnittlich vertreten bei Männern und (wohl vor allem) Frauen, die den Haushalt als ihren Arbeitsplatz bezeichnen (43%), bei wenig Verdienenden (34%) und bei jungen Erwachsenen mit eigener Wohnung und Kindern (33%).

Starker Glaube in den Freikirchen

Offensichtlich gelingt es Freikirchen besser, den Glauben an die leibliche Auferstehung Jesu zu vermitteln. 90 Prozent der Personen aus evangelischen Freikirchen stimmen der leiblichen Auferstehung zu, in der katholischen Kirche



Für viele Menschen bleibt die Auferstehung ein Zeichen der Hoffnung.

UMFRAGE ÜBER DIE AUFERSTEHUNG

Auferstehung: f ein Zeichen der

IM AUFTRAG DER SCHWEIZERISCHEN EVANGELISCHEN ALLIANZ WURDE DIE SCHWEIZER BEVÖLKERUNG 2007, 2012 UND 2020 ÜBER DIE BEDEUTUNG DER AUFERSTEHUNG BEFRAGT. DIE ZAHL DER MENSCHEN, DIE AN DIE LEIBLICHE AUFERSTEHUNG VON JESUS CHRISTUS GLAUBEN, IST ZURÜCKGEGANGEN. EINE BREITE MEHRHEIT SIEHT IN DER AUFERSTEHUNG ABER ZUMINDEST EIN ZEICHEN DER HOFFNUNG FÜR DIE MENSCHHEIT.

nur noch 37%; die reformierte Kirche (23%) fällt sogar unter den schweizerischen Durchschnittswert (26%) und die Werte der Andersgläubigen (25%)! Dem entsprechend lehnt eine klare Mehrzahl der Reformierten (59%) die leibliche Auferstehung ab.

Biblische Deutung in der Minderheit

«Welche Bedeutung hat für Sie die Auferstehung von Christus?» Bei dieser zwei-

ten Frage entschieden sich 11 Prozent der Gesamtbevölkerung für die klassisch biblische Deutung «Die Vergeltung unserer Sünden und den Zutritt zum ewigen Leben». Erstaunlicherweise sind das mehr als 2012 (9%). Auch hier liegen die 30- bis 44-Jährigen über dem Durchschnitt (14%), während die Zustimmung mit zunehmendem Alter abnimmt. In dieser Frage blieb der Glaubens-Unterschied zwischen der Deutschschweiz

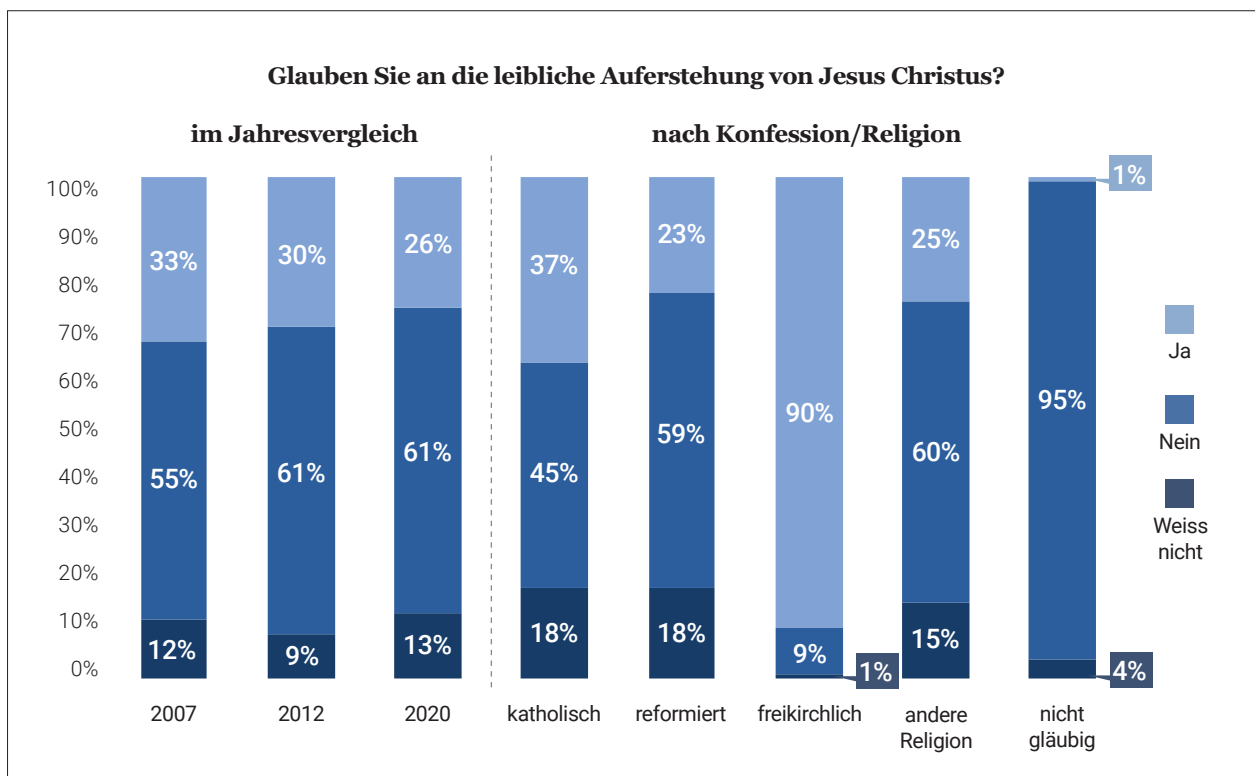
(12%) und der Suisse Romande (8%) erhalten. Ebenfalls gibt es einen deutlichen Unterschied zwischen Menschen, die in der Agglomeration leben (9%) und solchen aus ländlichen Gebieten (16%). Haushalte mit drei und mehr Personen – in der Regel wohl Familien – stimmten der biblischen Deutung stärker zu (12%) als Haushalte mit ein bis zwei Personen (9%). Dasselbe gilt für junge Familien mit Kindern (18,9%).

Hoffnungsvolle Deutungen vorne

Allen Befragten wurde auch die eher humanistische Antwort «Ein Zeichen der Hoffnung für die Menschheit» angeboten. Dem stimmten in der Gesamtbevölkerung 37 Prozent zu; dazu kommen die 28 Prozent, die beiden Aussagen – der biblischen und der humanistischen – zustimmten; ein Viertel (25%) antwortete mit «weiss ich nicht». Für das Hoffnungszeichen entschieden

sich auffällige 46 Prozent der 60- bis 79-Jährigen. Ähnlich hoch stimmten die Reformierten (48%) und Katholiken (43%) zu. Personen aus evangelischen Freikirchen entschieden sich entweder für die biblische Deutung («nur» 42%) oder dann für die Gültigkeit beider Aussagen (42%): der biblischen Erlösungslehre wie auch der humanistischen Hoffnungsvariante. ■

Heute glauben 26 Prozent der Schweizer Bevölkerung an die leibliche Auferstehung.

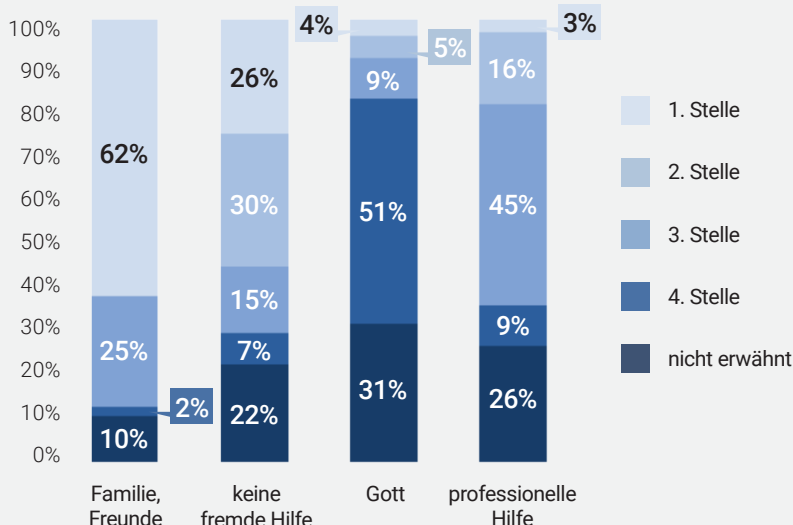


für die Mehrheit Hoffnung

DIE FAMILIE BRINGTS

Passend zum Thema dieser Zeitung wurde die Bevölkerung auch gefragt, an wen man sich am ehesten wendet, um bei Schwierigkeiten oder einem Misserfolg Hilfe zu erhalten. Hier schwang die Familie oben auf (62%), besonders deutlich bei Katholiken (70%). Mehr als die Hälfte regelt ihre Probleme in erster oder zweiter Linie ohne äussere Hilfe: 26 Prozent setzten diese Option auf Platz 1, am stärksten Nicht-Gläubige (33%) und Männer (31%), 30 Prozent an die zweite Stelle, auch hier vorwiegend die Nicht-Gläubigen (33%), aber auch die 15- bis 29-Jährigen (36%). Nur 4 Prozent der Gesamtbevölkerung wenden sich zuallererst an Gott oder eine religiöse Gemeinschaft. Diese Option wählten vor allem die Antwortenden aus evangelischen Freikirchen (34% an erster, 24% an zweiter Stelle) und die Andersgläubigen (9%). Für die Hälfte der Bevölkerung (51%) kommt diese Möglichkeit als letzte Option infrage. Schlecht kam auch die professionelle Hilfe etwa von Psychologen an: Nur für 3 Prozent der Bevölkerung ist dies die erste Adresse, am stärksten bei den 60- bis 79-Jährigen (6%).

Wenn Sie scheitern oder in Schwierigkeiten geraten, an wen wenden Sie sich, um Unterstützung zu erhalten?



Zur Umfrage: Diese repräsentative Umfrage wurde vom Meinungsforschungsinstitut LINK vom 15. bis 21. Januar 20 durchgeführt. Grundlage waren 1031 Online-Interviews mit Personen aus der deutschen und französischen Schweiz zwischen 15 und 79 Jahren. Die Personen aus evangelischen Freikirchen verfügten über eine vergleichsweise schmale zahlenmässige Basis (69 Personen).



Ostern einfach erklärt: vom (vermeintlichen) Scheitern zur Überwindung des Todes

DER TITEL VERSPRICHT EINE EINFACHE ERKLÄRUNG VON OSTERN. DIESES VERSPRECHEN PASST ZU UNSERER ZEIT: WIR WOLLEN ES MÖGLICHST EINFACH. DOCH VIELES IST KOMPLIZIERT. DURCH DIE FÜLLE DES ANGEBOTS KANN BEREITS EIN EINFACHER JOGHURTEINKAUF ZUR HERAUSFORDERUNG WERDEN.

Von Christian Gfeller

Welches Joghurt darf es denn sein? Erdbeere oder Schokolade? Bio oder Budget? Mit Proteinen oder Vitaminen angereichert? Wieviel mehr eröffnen existenzielle Fragen wie beispielsweise Karriereplanung, Partnerwahl oder Umgang mit Ressourcen noch ganz andere Komplexitäten.

Wer wünscht sich da nicht eine gewisse Einfachheit? Wir sehnen uns nach

dem Einfachen: Einfach Ruhe, einfach frei sein, einfach mal Zeit für die Familie haben. Einfach und schnell soll die Lösung sein und die Dinge des Lebens einfach erklären. So lautet denn auch das Ziel dieses Artikels: Ostern einfach erklären. Das Gute an einfachen Erklärungen ist, dass sie uns helfen, die Dinge einzuordnen. Darin liegt die Schönheit der Einfachheit; sie schafft Ordnung, indem sich alles in «ein Fach» legen lässt. Darin begegnet uns aber auch eine Gefahr. Der Weg von «erklärt» zu «geklärt» und damit «erledigt» ist kurz. Gerade die Bedeutung von Ostern – wollen wir dieses

Fest richtig verstehen – lässt sich nicht einfach erledigen. Dies liegt daran, dass es an Ostern um Jesus geht. «Jesus war schon in seiner eigenen Zeit nicht einfach, und er ist es auch heute nicht», schreibt der Theologe N.T. Wright in seinem Buch mit dem Titel «Jesus» treffend. Jesus liess und lässt sich nicht einordnen. Er passt weder in die Kategorie «nur Mensch» noch «einfach Gott» und selbst der Tod konnte ihn nicht fassen.

Das erste Ostern

Doch lassen Sie uns am Anfang beginnen. Richten wir den Blick zuerst auf

das erste Ostern, um dann in unsere Zeit zurückzukehren. Die Ursprünge von Ostern liegen im Nahen Osten, in der Stadt Jerusalem. Damals wie heute war die Stimmung in dieser Stadt angespannt. Das ganze Land war durch die Römer besetzt. Die Menschen litten unter dieser fremden Herrschaft. Sie sehnten sich nach Freiheit. Diese Sehnsucht wurde befeuert durch die biblischen Schriften der Propheten Israels. Sie versprachen einen Erlöser, einen Messias, der kommen werde, um sein Volk zu befreien. Diese Prophezeiungen waren im ganzen Volk bekannt. Die Leute

rechneten damit, dass dieser Messias JETZT kommen werde, um sie politisch von Rom zu erlösen.

In dieses Pulverfass nationaler Unterdrückung und prophetisch angeheizter Aufstandswünschen trat Jesus. Dabei entschärfte er die Situation nicht. Er befeuerte sie erst recht. Sein Reden und Handeln machten deutlich, dass er sich selbst als der erwartete Messias sah (vgl. Evangelium nach Matthäus 11, 1-6). Sein Kommen verhiess den Anbruch einer neuen Zeit. Eine Zeit, in welcher der Gott Israels wieder zu seinem Volk zurückkehrt und das Reich Gottes beginnt. Doch wie sollte dieses neue Reich aussehen? Die Jünger Jesu hatten eine einfache und klare Vorstellung. Sie wussten, was Jesus als verheissener Retter zu leisten hat: Er sollte die Römer loswerden und als gerechter König über Israel herrschen.

Jesus wollte mehr

Doch Jesus schien nicht so einfach in ihre Agenda zu passen. Er machte deutlich, dass es einen radikalen Unterschied gibt zwischen den nationalen Wünschen und Hoffnungen und dem göttlichen Willen. Er kam nicht, um mit Gewalt die Römer zu besiegen und Israel zu befreien. Er lieferte sich selbst der Gewalt aus. Er liess sich kreuzigen, um so nicht nur Israel von fremder Herrschaft zu befreien, sondern die ganze Menschheit von der eigenen Schuld und Belastung und von den damit verbundenen Leiden zu erlösen. Während die Jünger einfach nur ihr Land befreien wollten, wollte Jesus mehr: Alle Menschen sollten gerettet werden und Frieden finden.

Wir können nicht genug darüber staunen, dass Jesus auf die Macht und

Kraft eines Putsches verzichtete und freiwillig in den Tod ging. Dieser Verzicht war und ist nicht einfach zu verstehen. Gerade der Jünger Petrus wurde dadurch in seinen Erwartungen und Wünschen enttäuscht. Es liegt nahe, dass er aus dieser Enttäuschung heraus Jesus verleugnete: «Diesen Jesus kenne ich nicht! – ich dachte, wir werden Israel einfach von den Römern befreien; dass er sich nun ohne Widerstand hergibt, kann und will ich einfach nicht verstehen – ich kenne diesen Jesus nicht!» (vgl. Matthäus 6, 69-75) Dass Petrus und die Jünger die Kreuzigung als vermeintliches Scheitern von Jesus erlebten, lag unter anderem auch an ihrer menschlichen Sicht auf die Geschehnisse.

Das Wunder der Auferstehung

Doch nur ein paar Tage nach dem Sterben von Jesus hatte sich ihre Sicht drastisch verändert. Mit Mut und Entschlossenheit verkündeten sie nicht mehr einfach die Befreiung Israels, sondern Jesus als den auferstandenen Retter aller Menschen. Solch eine drastische Veränderung lässt sich nicht einfach menschlich erklären. Sie ist ein Wunder. Jede andere Erklärung, als dass ihnen Jesus wirklich als Auferstandener erschienen ist, scheint hier zu einfach zu sein.

Ostern heute

Diese Geschichte lässt mich über mein eigenes Leben nachdenken. Wo habe ich heute eine zu einfache Sicht auf Jesus oder die Ereignisse des eigenen Lebens? Wie oft meine ich aus meiner Erfahrung mit der Kirche oder Menschen, die an Gott glauben, zu wissen, wie Gott ist und wie er handeln sollte? Ob Atheist oder Christ – wir alle sind oft nicht anders als die Jünger von Jesus: Wir haben fixe und klare Vorstel-



© AlessandroPhoto, istockphoto.com

lungen über Gott und das Leben. Wir Menschen im Westen haben unsere Agenda und die damit verbundenen Zielsetzungen fest im Griff – oder versuchen es zumindest.

Ostern durchbricht dieses Erfolgsstreben. Hier bietet sich eine wirkliche Alternative: Dort, wo wir eigenen und fremden Ansprüchen nicht genügen können, begegnet uns Gottes heilende Liebe. Mit seinem Tod identifiziert sich Jesus mit unserem Leid. Er trägt unser Unvermögen. Seine Auferstehung zeugt von einer Kraft, die über unsere Möglichkeiten hinausgeht. Hier wirkt Gott anders und grösser, als wir es uns selbst vorstellen könnten.

Mit dieser Auferstehungskraft Gottes kommt eine neue Dimension in unser Leben und beginnt es zu bereichern. Durch die erfahrene Liebe von Gott muss Streit nicht einfach das Ende der Beziehung sein – Vergebung und gar Versöhnung sind möglich. Mein eigenes Wohlergehen ist nicht mehr im Zentrum – ich kann erfahren, wie erfüllend es ist, andere glücklich zu ma-

chen. Das Osterereignis zeigt, dass Misserfolge nicht das Ende sein müssen – oft beginnt Gott im Zerbruch besonders zu wirken. Selbst der Tod verliert das schreckliche Gesicht – Jesus hat uns mit seiner Auferstehung an Ostern den Weg hin zum ewigen Leben mit Gott eröffnet.

So erinnert uns Ostern daran, dass Jesus unser Leben nicht einfach nur einfacher machen will, indem er uns hilft, unsere eigenen Ziele zu erreichen. Er eröffnet uns eine Sicht auf viel mehr: auf Vergebung, auf Liebe und auf einen Neuanfang. Es gibt mehr als Materielles, Erklärbares und unsere eigenen Möglichkeiten. ■



Buchempfehlung: Jesus von N.T. Wright (Franke-Verlag)

WIE KANN ICH MICH GOTT ANVERTRAUEN?

Gott liebt mich

Gott liebt uns total! Seine Liebe ist grenzenlos und bedingungslos. Konkret hat sich diese Liebe Gottes in Jesus Christus gezeigt. Dieser liebende Gott ist erfahrbar, real und er wünscht sich nichts mehr, als dass wir seine Liebe persönlich erfahren und in der Beziehung zu ihm den Sinn des Lebens entdecken. 1 Johannes 4,16 Psalm 16,11

Ich lebe getrennt von Gott

Leider erfahren wir Menschen Gottes Liebe nicht, weil wir ihn ignorieren. Wir suchen überall nach Sinn und Erfüllung, nur nicht bei Gott. Wir misstrauen ihm und glauben nicht, dass er es gut mit uns meint. Wir machen unsere eigenen Regeln und bestimmen uns selbst zur höchsten Instanz. Das zerstört die Beziehung zu Gott und zu den Mitmenschen. Das trennt uns von einem erfüllten Leben, das Gott für uns bereithält. Römer 3,23 Jesaja 59,2

Jesus gab alles für mich

Unser Alleingang hält Gott nicht davon ab, uns zu lieben. Er ist so weit gegangen, dass er in Jesus Christus Mensch wurde und sein Leben für uns hingab. Jesus starb – aber er ist wieder zum Leben auferstanden. Damit bietet er uns Frieden mit Gott und eine persönliche Beziehung mit ihm an. Johannes 3,16 1. Petrus 3,18

Will ich mit Jesus leben?

Gott hat alles getan, um uns zu zeigen, wie sehr er uns liebt. Durch Jesus Christus bietet er uns erfülltes und ewiges Leben an. Wir können ganz einfach direkt mit Gott sprechen – wir nennen das «beten» – und ihn um Vergebung bitten, dass wir bisher ohne ihn gelebt haben. Und wir können uns entscheiden, im Vertrauen auf Jesus Christus von jetzt an mit Gott zu leben. Wie entscheiden Sie sich?

Johannes 1,12 Offenbarung 3,20

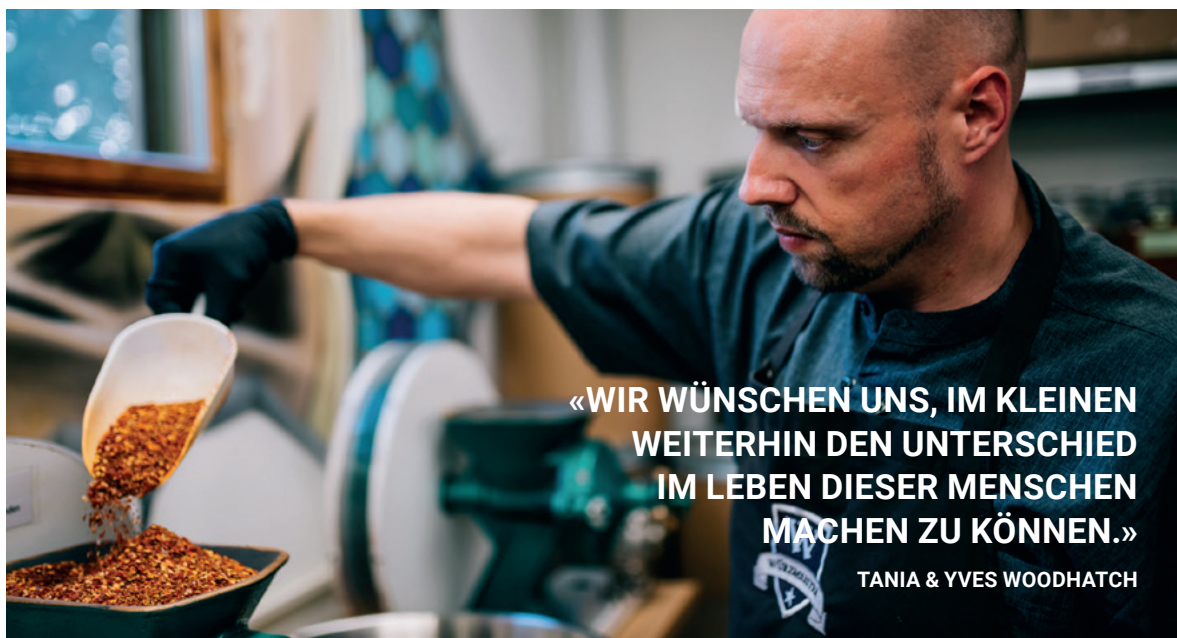
Quelle: www.thefour.com/ch/

TANIA UND YVES WOODHATCH BIETEN SEIT NOVEMBER 2014 MIT IHRER FIRMA WÜRZMEISTER VERSCHIEDENE EINSATZMÖGLICHKEITEN UND EINEN NIEDERSCHWELLEN EINSTIEG INS BERUFLICHEN LEBEN FÜR MENSCHEN IN SCHWIERIGEN SITUATIONEN AN. SIE ERZÄHLEN, WIE ALLES BEGONNEN HAT UND WAS SIE ANTREIBT.

Den Menschen helfen, Fuss zu fassen

Von Letizia Melek

«Als Yves und ich uns kennenlernten, war er selbst noch in einem begleiteten Wohnen, hatte einen Beistand und einen geschützten Arbeitsplatz. So wichtig diese Struktur für ihn war, engte sie ihn auch ein und hinderte ihn in seiner Kreativität», blickt Tania Woodhatch zurück. Tania und Yves fragten sich, wie sie für ihn einen Raum schaffen könnten, wo er seine Kreativität ausleben kann. So entstand eine kleine Gewürzmanufaktur, nur als Hobby gedacht, und sie wurden schon nach kurzer Zeit vom grossen Erfolg überrascht. «Als ich nach vier Jahren meinen Brotjob kündigen musste, um die viele Arbeit von WÜRZMEISTER zu bewältigen, wusste ich, dass ich meine Zeit auch gerne in Menschen investieren möchte, die es nicht so einfach haben. Schon viele Jahre hatte ich Lernende im kaufmännischen Bereich ausgebildet und auch mit Stiftungen im Bereich Arbeitsintegration zusammengearbeitet. Zudem kannte ich schon immer viele Menschen, die psychisch labil sind und zwischen Stühle und Bänke fallen. So begann es mit einer



«WIR WÜNSCHEN UNS, IM KLEINEN WEITERHIN DEN UNTERSCHIED IM LEBEN DIESER MENSCHEN MACHEN ZU KÖNNEN.»

TANIA & YVES WOODHATCH

Yves Woodhatch beim Produzieren von hausgemachten Würzmischungen.

Person, dann zwei, dann drei, inzwischen sind wir eine richtig grosse Familie geworden.»

Verschiedene Angebote

Die Firma bietet einerseits eine Tagesstruktur: Täglich kommen Frauen und Männer in schwierigen Lebenssituationen vorbei, kleben Etiketten,

helfen in der Manufaktur mit oder verpacken die Gewürze in Behälter und Päckchen. «Die Arbeit ist flexibel. Viele haben Schmerzen und brauchen häufig Pausen, andere mögen nicht jeden Tag gleich lang arbeiten. Bei uns kann man jederzeit eine Pause auf dem Sofa machen», gibt Tania Woodhatch Einblick in den Arbeitsalltag. Die regelmässige Arbeit im kleinen Team stärkt das Selbstvertrauen dieser Menschen und gibt ihnen eine neue Lebensperspektive. Neu bildet Tania auch einen KV-Lernenden aus. Sie will einem jungen Menschen, der bereits mehrere Lehrabbrüche hinter sich hat, eine Chance geben.

Die Mittagspause verbringen alle gemeinsam: In der Wohnung wird ausgewogen und gesund gekocht und alle essen miteinander an einem grossen Tisch zu Mittag. Das Zusammensein beim Essen halten sie für eine gute Möglichkeit für Austausch, Wertschätzung und gegenseitige Ermutigung.

Integration als Ziel

Tania und Yves Woodhatch stellen klar, dass sie keine Therapeuten sind. Sie versuchen mit ihrer Firma, die sie als Geschenk von Gott betrachten, auch anderen Menschen eine Chance zu geben. Sie wollen einerseits Menschen, die aus unterschiedlichen Gründen in anderen Programmen keinen Platz finden, die Möglichkeit einer sinnvollen Tätigkeit geben. Andererseits möchten sie Menschen helfen, sich im Arbeitsmarkt sowie im Leben wieder zu integrieren.

«Eine Tagesstruktur, die sich flexibel an jede Lebenssituation anpasst und wo eine freundliche und wertschätzende Atmosphäre herrscht, ist für diese Menschen sehr wertvoll. Viele können Ängste und negative Gefühle besser bewältigen, weil sie sich wohl und angenommen fühlen. Wir sind natürlich nicht perfekt, aber wir wünschen uns, im Kleinen weiterhin den Unterschied im Leben dieser Menschen machen zu können.» ■



Yves und Tania Woodhatch engagieren sich für Menschen, die nicht auf der Sonnenseite des Lebens stehen.

Wie viel Schicksal erträgt ein Mensch?



Thomas' selbst gemachtes Foto nach seinem Sturz in die Gletscherspalte.

ALLEINE IN EINER GLETSCHERSPALTE GEFANGEN SCHLIESST DER DAMALS 29-JÄHRIGE THOMAS ZURBRÜGG MIT SEINEM LEBEN AB. ER WIRD WIE DURCH EIN WUNDER GERETTET. EIN WEITERER UNFALL ZERSTÖRT DREI JAHRE SPÄTER SEIN GESICHT UND VIELE ZUKUNFTSPLÄNE.

Von Markus Richner

An einem sonnigen Tag im März 2016 stürzte Thomas in einer Gletscherspalte 25 Meter in die Tiefe. Minuten verstrichen – wo blieb nur das rettende Seil des Kameraden? Langsam wurde ihm klar: Mit einer schnellen Rettung wird es nichts. War sein Kamerad ebenfalls in die Spalte gestürzt? Oder rief er Rettungskräfte? Thomas Zurbrügg grub sich aus dem Schnee und versuchte, sich vor einem weiteren Fall zu sichern. An den glatten Eiswänden nach oben zu klettern, erschien aussichtslos. Einen weiteren Sturz konnte er nicht riskieren. Es war Wunder genug, den ersten überlebt zu haben. Unverletzt!

Er betete. Für sich, für seine Angehörigen. Dann erfüllte ihn ein übernatürlicher Friede. «Obwohl ich mein Überleben nicht beeinflussen konnte, ging es mir gut!» Die Gefahr, langsam zu erfrieren, beängstigte ihn; vor dem Tod selber hatte er hingegen keine Angst. «Der Tod ist für mich nichts Schlimmes. Ich glaube, dass danach etwas Besseres kommt.»

Egal was kommt: Gott hat es im Griff!

Sein Konfirmationsvers steht in den Sprüchen, Kapitel 3, Vers 5: «Vertraue auf den Herrn von ganzem Herzen. Und verlass dich nicht auf deinen Verstand.» Dort, in der Gletscherspalte,

gewannen diese Worte neue Bedeutung. Die Rettung seines Lebens aus dieser unbehaglichen Situation lag in Gottes Hand. Doch egal, ob sein Leben ein Ende finden würde oder nicht: Thomas war sich Gottes Liebe gewiss. Eine Liebe, die selbst vom Tod nicht aufgehalten werden kann.

Gestärkter Glaube

Ein im Schnee verschütteter Mensch überlebt etwa 15 Minuten. Da der Kamerad ihn nicht sehen konnte, ging er davon aus, dass Thomas bereits erstickt war. Nach knapp zweieinhalb Stunden hörten die eingetroffenen Rettungskräfte sein Rufen. Entgegen ihrer Erwartung endete die Aktion nicht mit einem Toten. Ein unverletzter Thomas Zurbrügg wurde aus der Spalte gezogen und mit dem Hubschrauber ins Spital gebracht. «Noch nie ging ich so gesund ins Spital.»

Die Beteiligten staunten nicht nur, dass Thomas den Sturz und die lange Zeit im Innern des Gletschers überlebt hatte. Auch die Ruhe, die er ausstrahlte, sprach Bände. Es war ein Wunder! Durch diese Erfahrung wurde Thomas' Glaube gestärkt. «Ich erfuhr, dass mein Glaube selbst Extremsituationen standhält.»

Die nächste Prüfung

Im Juni 2019 kam der nächste Schlag: ein Unfall mit den Inline-Skates. Der Sturz in eine Metallstange zertrümmerte sein Gesicht. Ein Auge wurde dabei herausgedrückt. Es folgten rund zwei Wochen auf der Intensivstation, in denen Thomas Zurbrügg nichts

sah, nicht sprechen konnte und schlecht hörte. Stundenlange Operationen, in denen sein Gesicht repariert wurde. Dann kamen grosse Lungenprobleme dazu, später folgten Plattenbrüche und weitere Komplikationen. Die tiefe Gewissheit aber blieb: «Gott ist bei mir und meint es gut!» Drei Wochen im Spital, weitere elf Wochen in der Reha-Klinik – als Thomas endlich nach Hause kam, war unklar, wieweit seine Gesichtsfunktionen wiederhergestellt wurden und ob er seinen Beruf als Flugbegleiter je wieder würde ausüben können.

Vertrauen in der Ungewissheit

Schmerzen, ein verlorenes und ein verletztes Auge, fehlender Geruchssinn, eingeschränkte Mundöffnung, ein asymmetrisches Gesicht, Sensibilitäts-, Durchblutungs- und Schweisstörungen auf der rechten Seite, Nar-

ben und Metall. Die ungewisse Zukunft ist für Thomas schwierig. «Oft bin ich niedergedrückt und kämpfe mit Zweifeln.» Und doch bleibt sein Glaube an Gott, der ihn schon in der Gletscherspalte getragen hat. «Er hat es im Griff!»

Das Bild vom rettenden Seil, das ihn aus der Gletscherspalte zog, begleitet Thomas. «Lass dich retten aus deiner Hoffnungslosigkeit», spricht er denen zu, die in Lebenskrisen festsitzen. «Gott hat einen Plan für dein Leben!» Doch was tut man in Krisen, die sich monatelang hinziehen und viele Fragen unbeantwortet lassen? Thomas hat für sich eine Antwort: «Ich bin mit meinem Schöpfer verbunden. Er kennt mich und weiss, welcher Weg der Beste ist. Auch wenn ich sein Handeln oft nicht verstehe, vertraue ich ihm, egal was passiert.» ■



Beim Anblick von Thomas' Schädelfrakturen ...



... ist kaum zu glauben, dass er heute wieder Skitouren macht.

IM BUS TREFFE ICH MEINEN EHEMALIGEN LEHRER UND UNTERHALTE MICH MIT IHM. IN DEM MOMENT, ALS DER KONTROLLEUR EINSTEIGT, FÄLLT MIR EIN, DASS ICH KEINE FAHRKARTE HABE. «DAS WIRD PEINLICH», SCHIESST ES MIR DURCH DEN KOPF, UND ICH WERDE ROT. SCHAM – DIESES GEFÜHL KENNEN WIR ALLE.

Was ein japanischer Krieger, eine indische Frau und ich gemeinsam haben

Von Salome von Orelli

Vielleicht fällt Ihnen jetzt eine Situation ein. Als der Wind Ihren Rock hochgeblasen hat oder als Sie eine Frau zum Essen einladen wollten und diese abgelehnt hat. Wir kennen sie, die Scham. Aber für Aarany aus Indien hat Scham eine ungleich stärkere Bedeutung. Ihre ganze Erziehung hatte vor allem ein Ziel: Aarany soll ihrer Familie Ehre machen. Aarany weiss genau, was «sich gehört» und was nicht. Verhält sie sich entgegen den sozialen Regeln, bringt sie Schande über die ganze Familie. Würde sie sich zum Bei-

spiel alleine mit einem Jungen treffen, wäre dies ein Skandal, obwohl es in Indien legal ist und Aarany dafür vor Gericht nicht schuldig gesprochen würde. Dies ist bei uns ganz anders. Wenn ich dem Kontrolleur glaubhaft erklären kann, dass der Ticketautomat kaputt war und ich somit keine Möglichkeit hatte, ein Ticket zu kaufen, kann dieser das abklären und mir die Busse erlassen. Damit ist auch meine Scham verflogen. Ich bin vor dem Gesetz nicht schuldig, also ist alles gut.

Schuld- und Schamkultur

Genauso wie es verschiedene Persönlichkeitstypen gibt und unterschiedliche Arten, diese einzuteilen, wurde auch immer wieder versucht, Kultu-

ren in verschiedene Typen einzuteilen. Heute hören wir oft die Unterscheidung «Scham/Ehre»- und «Schuld/Unschuld»-Kulturen. Diese Unterteilung basiert auf der Forschung der Ethnologin Ruth Benedict während des zweiten Weltkriegs, die der Frage nachging, weshalb die japanische Armee sich nicht zurückzog, obwohl es offensichtlich war, dass sie verlieren würde. Benedict kam zum Schluss, dass die soziale Verpflichtung, die Ehre zu wahren, so gross war, dass es den zuständigen Generälen nicht möglich war, zu kapitulieren.

Eine Kultur wird als «Schamkultur» bezeichnet, wenn die Ehre im öffentlichen Leben eine grosse Rolle spielt und die Scham ein gesellschaftsregu-

lierendes Element darstellt. Scham ist somit ein soziales Phänomen, welches durch «die Anderen» als kritische Beurteilende entsteht. In einer sogenannten «Schuldkultur» ist die Frage nach Recht und Unrecht, richtig oder falsch zentral. Gesetze bestimmen, welches Verhalten akzeptabel ist und welches nicht.

**Solange wir denken
«Recht zu haben»,
fühlen wir uns sicher.**



Wenn der Kontrolleur in den Bus einsteigt und einem einfällt, dass man keine Fahrkarte gelöst hat, kommt Scham auf.

© Matertien, istockphoto.com

Diese Unterteilung finde ich anregend, um über Kulturen nachzudenken, sie ist aber natürlich eine grobe Vereinfachung einer komplexen Realität. Und doch, unsere schweizerische Kultur ist stärker vom Gegensatzpaar Schuld/Unschuld geprägt als von Scham und Ehre. In vielen Fällen ist bei uns ausschlaggebend, ob wir im Recht oder im Unrecht sind. Und solange wir denken «Recht zu haben», fühlen wir uns sicher. Diese Gegebenheit hat auch geprägt, wie die Botschaft des Christentums in unseren kulturellen Kreisen verstanden und aufgenommen wurde und auch heute noch wird.

Die christliche Botschaft – ein facettenreicher Diamant

Natürlich würde ich als Christin nicht bestreiten, dass Jesus für das, was wir andern Menschen und auch uns selber antun – also für unsere Schuld – gestorben ist und dadurch Vergebung schenkt. Es ist aber wichtig anzuerkennen, dass der christliche Glaube und die Bedeutung von Tod und Auferstehung von Jesus auch von ganz anderen Seiten her verstanden werden kann. Im Nachdenken über das Thema Schuld/Scham ist mir bewusst geworden, dass die Scham/Ehre-Thematik in unserer Kultur wohl einen viel grösseren Stellenwert hat, als ich anfangs dachte: Auch mir ist es nicht gleichgültig, meine Ehre zu verlieren. Und wie manche Lüge wird nur ausgesprochen, um sein Gesicht zu wahren?

Die Bibel ist grösstenteils im Orient entstanden und ich fände es spannend nachzuforschen, wie viele biblische Texte mehr mit Scham und Ehre als mit Schuld und Unschuld zu tun haben. Jayson Georges beschreibt in seinem Buch «Mit anderen Augen» das Evangelium als einen Diamanten, dessen Oberfläche zu vielen Facetten geschliffen ist. Wir im Westen, so Georges, hätten den Aspekt der «Vergebung der Sünden» stark betont und dabei andere Facetten vernachlässigt. «Stellen Sie sich einen Diamanten mit nur einer Facette vor! Er wäre flach und stumpf» (Jayson Georges, Mit anderen Augen, Neufeld, Cuxhaven 2014: S. 14).

Ich beziehe meine Ehre nicht aus mir selber, sondern daher, dass ich Gottes Ebenbild bin.

«Hilfe, ich schaffe es nicht»

Umgang mit Scheitern ist das Thema dieses Blattes. «Ich muss stark sein, ich muss leisten können. Ich kann keine Hilfe, geschweige denn Geld, annehmen. Ich muss etwas leisten, um jemand zu sein. Ich will Bedeutung haben...» Wer kennt solche «inneren Leitsätze» nicht? Ich glaube, sie betreffen viele Schweizer und Schweizerinnen. Und dass die Burnout-Rate höher ist denn je, könnte damit zu tun haben.

«Da bildete Gott, der Herr, den Menschen, aus Staub vom Erdboden und hauchte in seine Nase Atem des Lebens; so wurde der Mensch eine lebende Seele» (1. Mose 2,7).

Entscheidend in diesem Vers ist für mich die Botschaft, dass Gott uns seinen Atem eingehaucht hat – uns zu seinen Ebenbildern gemacht hat. Ich beziehe meine Ehre nicht aus mir selber, sondern daher, dass ich Gottes Ebenbild bin. Gott sieht jeden Menschen als ehrbares Wesen an. Er nimmt mich gleichermassen an, wenn ich mich schuldig fühle, aber auch, wenn ich das Gefühl habe, meine Ehre verspielt zu haben oder nicht genug zu sein, wenn ich es alleine nicht schaffe, irgendwelchen Ansprüchen zu genügen.

Jeder Mensch ein ehrenhaftes Geschöpf

Gott vergibt uns unsere Schuld. Genauso gibt er uns aber auch Ehre, wenn wir uns keiner Schuld bewusst sind oder aber wenn wir uns mit all dem, was wir getan haben, total daneben vorkommen. Ich als Mensch bin bei Gott genug. Unabhängig von Job, Freunden auf Instagram oder schönen Autos. Gott sieht mich als sein ehrbares Geschöpf und Gegenüber an, auch wenn ich alles verloren habe oder wenn ich dem Druck der Gesellschaft nicht gerecht werden kann und unabhängig davon, welchen Status mein Job in der Gesellschaft hat. Auch dann, wenn ich in einer aussichtslosen Situation kapitulieren muss (ich erinnere an die japanischen Generäle).

Und wenn ich tatsächlich keine Erklärung gehabt hätte damals im Bus? Hätte ich dieses Bewusstsein gehabt, dass Gott trotz meinem Fehlverhalten zu mir steht als seine Tochter, die als ehrenhafte Frau vor dem Kontrolleur steht?

Und Aarany? Was könnte diese Facette des Evangeliums für sie und für ihre Kultur und Gesellschaft bedeuten?

Und Sie? Wo wünschen Sie sich, von Gott Ehre zugesprochen zu bekommen? ■

Scham in Afrika, Südamerika und Asien

Johannes, Guinea



«Einige Hundert Guineer auf der Flucht nach Europa wurden von Marokko zurückgeschafft. Viele schämen sich so, dass

sie lieber in der Hauptstadt auf der Strasse leben, als in ihre Familien zurückzukehren.»

Samuel, Peru



«Mañana es otro día – Morgen ist ein neuer Tag! Für die meisten Latinos ist Scheitern ein alltägliches Ereignis. Aber sie

versuchen es wieder, gemäss dem Motto: Du bist erst dann gescheitert, wenn du aufhörst, es zu versuchen.»

Alain, China



«Es ist besser, Kopf einer Maus zu sein als der Schwanz eines Drachen: Für den schamkulturorientierten Chinesen

kommt Ansehen vor Reichtum: lieber Direktor einer Einmannfirma als Vielverdiener mit einer Arbeit ohne Ansehen in einer grossen Firma.»

Mist? Mach Dünger draus!

HAT GOTT MICH GESCHLAGEN? HAT ER EIN GEN MEINES SOHNES BESCHÄDIGT, MEINE EHE KAPUTT GEMACHT, MIR DIE NEUORIENTIERUNG VERMASSELT? KANN MAN DA ÜBERHAUPT NOCH AN EINEN GOTT GLAUBEN?

Von Georges Morand

Die weitverbreitete Vorstellung, dass Gott verantwortlich sei für die Schattenseiten unseres Lebens, teile ich nicht. Wenn schon, dann aber

auch für das Schöne. Ich fragte mich manchmal, ob wir einfach einen Schuldigen brauchen? Geht es uns dann besser? Dieser Denkansatz würde mich mit meinen Gewalt- und Schicksalserfahrungen und meinem Scheitern nur in die dunkle Sackgasse führen. Ich such(t)e nach einer heilenden und befreienden Sichtweise.



Wie weiter, wenn der Sturm im eigenen Leben tobt?

Ja, es gibt Menschen, die verlieren ihren Glauben an einen guten Gott in solchen Tsunamis des Lebens. Bei mir war das anders. In Notsituationen meines Lebens bedeutete mir die göttliche Begleitung besonders viel. Gott war eine Art Frühlingshoffnung in den wiederkehrenden, unendlich harten Winterstürmen. Der Gott der Bibel hat nie ein schmerzfreies Leben versprochen. Versprochen hat er, dass er zu uns steht, was auch immer geschieht.

Mist ist normal

Es gehört zum Leben, dass Dinge in die Hose gehen und wir alle haben unsere Schattenseiten. Trotzdem ist es heute in allen Bereichen des Lebens und der Gesellschaft so, dass alles, was nicht perfekt ist, angepasst, verändert, vertuscht, verheimlicht oder entfernt werden muss. Wir glauben, dass Fehler oder Niederlagen nicht sein sollten und versuchen sie zu kaschieren.

Dieser eigenartige Umgang mit Fehlern und Schwächen raubt uns Risikofreudigkeit und viel Kreativität. Wäre es nicht befreiend, wenn wir unsere Schattenseiten ansehen und in unser Leben einschliessen könnten?

Unser Glück hängt massgeblich vom Geschick ab, wie wir mit Talenten einerseits und mit Scheitern und Tiefschlägen andererseits umgehen. Ich beobachte seit langem, dass nicht vorwiegend die guten Voraussetzungen, z. B. Talente, Finanzen oder Vitamin B für den Erfolg ausschlaggebend sind, sondern eher die Art und Weise des Umgangs mit Niederlagen, mit Fehlern, mit Scheitern, mit schlechten Umständen. Das bedeutet, das Beste aus dem zu machen, was zur Verfügung steht. Und das ist weniger eine Typsache als vielmehr eine Entscheidung.

Mist-Umwandler sind gefragt

Ein Mistumwandler war bei mir Vergebung. Vergebung umfasst das Klären, Entkoppeln oder auch das Entsorgen. Manchmal ist es damit aber noch nicht getan. Mein Leben sagt

mir, dass es Dinge gibt, die mit Vergebung nicht erledigt sind. Für den psychischen Missbrauch und die physische Gewalt in meiner Kindheit war Vergebung nicht alles. Diese Sachen mussten aufgearbeitet werden, Stück

PRAKTISCHE TIPPS

DER MIST-ZU-DÜNGER-MACHER

Die gute Nachricht ist, dass man die Kompetenz, Mist zu Dünger zu machen, entwickeln kann. Vielleicht hilft Ihnen dabei mein 3:4-Tool (drei Schritte – vier Fragen):

1. Auf den Tisch mit dem, was ist!
2. Hinschauen, bedenken und sortieren anhand der vier Schlüsselfragen:
 1. Was muss ich akzeptieren lernen, um Frieden zu bekommen?
 2. Was kann ich verändern, um vorwärtszukommen?
 3. Was will ich entsorgen, um mir Leichtigkeit zu verschaffen?
 4. Was kann ich wiederverwerten, sodass Neues möglich wird?
3. Aufstehen, Krone richten, weitergehen – konkrete Schritte machen

Quelle: Aus «Mach Dünger aus deinem Mist» von Georges Morand, Brendow-Verlag



Wenn Mist zu Dünger wird, kann Neues entstehen.

für Stück. Dazu gehörte es, mit dem Geschehnis leben zu lernen, es zu akzeptieren und in mein Leben einzugliedern. Das dauerte längere Zeit und hat bei mir therapeutische Unterstützung gebraucht. Irgendwann habe ich

dann festgestellt: Die Aufarbeitung meiner Geschichte war eine Chance für neue Erfahrungen und Möglichkeiten. Schmerzen und Wut verschwanden nicht einfach, liessen etwas Wertvolles zurück. Es entwickelte

sich bei mir ein Gespür für Ungesagtes und Schamvolles, was mir bis heute eine grosse Hilfe ist. Ausserdem hat sich mein Gerechtigkeitsgefühl verstärkt: Ich kann nicht mehr einfach wegsehen, wenn Menschen einander Unrecht zufügen. Aber vor allem bin ich krisenfester und robuster geworden. Wer so etwas durchsteht und verarbeitet, den haut so leicht nichts mehr um.

verteilen? Natürlich keinem. Er würde wichtiges Potenzial verschwenden und bald auch auf einem gigantischen Misthaufen sitzen, der bis zum Himmel stinkt. Wir wissen alle: Wer nicht immer wieder ausmistet, hat zu wenig Raum zum Leben und Arbeiten. ■

LOUIS BRAILLE – PECHVOGEL UND GLÜCKSPILZ

Louis ist Sohn eines Sattlers. Zu Beginn des 19. Jahrhunderts lebt er in dem kleinen Dorf Coupvray vor Paris. Die Werkstatt des Vaters ist sein Paradies. Dort spielt er stundenlang mit den Werkzeugen und probiert sich aus. Einmal hantiert er mit einer Ahle (einem kleinen, spitzen Gegenstand, mit dem man Löcher ins Leder sticht). Das gefährliche Ding reizt Louis besonders. Und dann geschieht es: Der Junge rutscht aus und verletzt sich am Auge. Die Wunde entzündet sich und die Entzündung geht zu allem Unglück auch auf das andere Auge über. Innerhalb weniger Tage verliert er sein Augenlicht. Das noch so junge Leben scheint vermasselt.

Doch Louis' Leben entwickelt sich unerwartet. Im Alter von 13 Jahren hört er von der Erfindung einer Nachtschrift, die ein französischer Hauptmann entwickelte, um in den Schützengräben auch ohne Tageslicht kommunizieren zu können. Das System aus Punkten und Strichen war extrem kompliziert, doch Louis ist so begeistert, dass er sich von der Komplexität nicht abschrecken lässt. Bald beherrscht er die Nachtsprache nahezu perfekt. Doch damit nicht genug: Louis verspürt den Drang, sie weiterzuentwickeln und zu vereinfachen. Mit der Ahle, mit der er sein Augenlicht auslöschte, sticht er nun Löcher für seine neue Punkteschrift. Mit 16 Jahren ist sein Werk vollendet: Die Brailleschrift ist erfunden.

Heute können dank ihm Millionen von Blinden Bücher lesen und studieren. Louis' Mistgeschichte verhilft vielen Menschen, eine neue Welt zu entdecken. Diese erreichen dadurch bis heute eine neue Dimension von Lebensqualität. Louis verwandelte missliche Umstände, seine Blindheit, in Möglichkeiten. Er hinterlässt Spuren. Sein Unglück wurde das Glück vieler Blinder. Sein Pech macht viele Blinde, und nicht zuletzt ihn selbst, zu Glückspilzen.

Ausmisten schafft Raum

Mist-Erfahrungen finden wir nutzlos. Oft gibt es aber einen Nutzen des scheinbar Nutzlosen. Landwirte nutzen Mist ganz selbstverständlich als Dünger, als Wachstumsförderer. Welchem Bauern würde einfallen, Mist anzuhäufen, statt ihn auf dem Feld zu



Buchempfehlung: Mach Dünger aus deinem Mist
von Georges Morand
(Brendow-Verlag)

Anzeige

Osterfreude geniessen

Jetzt glücklich leben
statt nur Süsses geben

Das bewegende Booklet
von Pfr. Fredy Staub



Mehr Infos

Gratis!

www.FredyStaub.ch Tel. 044 780 20 25

Bis 28.04.20. Solange Vorrat. Ein Buch pro Haushalt.

AVC steht verfolgten Christen bei
AVC hilft Notleidenden
AVC macht Jesus Christus bekannt

AVC

klare worte.
starke taten.

Dürre. Flut. Embargo

Nordkorea

droht eine dramatische Hungerkatastrophe.



AVC ist vor Ort.

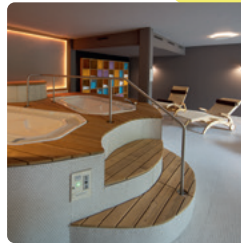
Düngemittelfabrik macht Böden fruchtbar.
Bäckereien und Sojamilchfabriken
produzieren und verteilen 5x pro Woche
Brötchen und Milch für tausende Kinder.

**Mit CHF 65.- / Kind
sind Sie ein Jahr lang dabei.**



Video | Brötchen und Sojamilch | 2.45min
www.avc-ch.org/fuer-sie/filme/humanitaere-hilfe

AVC | www.avc-ch.org [f](https://www.facebook.com/avcschweiz) [i](https://www.instagram.com/avcschweiz) avcschweiz
UBS Biel | CHF39 0027 2272 5267 2842 0



Frühlingsresidenz

Wohlfühlen und Geniessen! AlpenPur
Massage, Fitness und Wellness im SPArtoS.



T +41 33 828 88 44
www.hotel-artos.ch

Hotel Artos – ein Teil des Zentrums Artos Interlaken.

INSIST
Inspiriert denken – glauben – handeln

**INSIST auf
Spenden-
basis
bestellen**



*Inspiriert
denken –
glauben –
handeln*

www.each.ch/insist



COMMUNITY BIBLE STUDY SCHWEIZ

*Effektives Bibelstudium zu Hause.
Bereichernde Gemeinschaft
durch Gruppenaustausch.*

- > In mehr als 120 Ländern
- > Offen für alle Menschen
unabhängig von Alter und Herkunft

Eine weltweite Organisation mit dem
Ziel, Jesus Christus in der Bibel und im
täglichen Leben näher zu kommen

Die fünf Elemente von CBS

- Individuelles Studium
- Ermutigender Gruppenaustausch
- Zusammenfassung und Anwendung
- Vertiefungskommentar
- Gute Gemeinschaft

-> Interessiert?

Informationen – Kontakt:
switzerland@cbseurope.com
cbseurope.org



Hotelverzeichnis online:

vch.ch



VCH – Verband christlicher Hotels
Alpenstrasse 45 | CH-3800 Interlaken
T +41 32 510 57 77 | mail@vch.ch



DenkBar
Arbeitsgemeinschaft der Schweizerischen
Evangelischen Allianz SEA

Die **DenkBar** ist
Anlaufstelle, Kompeten-
zentrum und Vermittlungs-
plattform für Fragen rund
um «Glauben und Denken».

www.denkbar-schweiz.ch

Scheitern kann heilsam sein

SÄMI MÜLLER IST PASTOR DER CHILE GRÜZE IN WINTERTHUR. DAS THEMA «SCHEITERN» IST IHM IMMER WIEDER BEGEGNET. NUN HAT ER ZUSAMMEN MIT GLEICHGESINNTEN DAS NETZWERK FAILS@CHURCH GEGRÜNDET. FRITZ IMHOF HAT SICH MIT IHM UNTERHALTEN.



© Fritz Imhof

Sämi Müller, seit wann ist «Scheitern in der Kirche» ein Thema für Sie?

Seit ich mich in der Kirche engagiere. Ich habe bald gemerkt, dass ich da immer wieder auch an meine Grenzen stosse. Zum Beispiel, wenn mir eine Predigt misslingt oder wenn ich spüre, wie meine Batterien kurz vor Ferienbeginn erschöpft sind. Es zeigt sich dann darin, dass mein Umgangston rauher wird und meine Geduld abnimmt. Ein weiteres Beispiel ist ein Projekt, das floppt und die Leute nicht anzieht.

Sind Sie in einer Kultur aufgewachsen, in der Kirche mit Erfolg verbunden ist und zum Christsein ein eindrückliches «Zeugnis» gehört?

Grundsätzlich erfüllt mich meine Aufgabe mit grosser Freude. Ich darf sagen, dass dies meine Traumstelle ist. In junge Menschen investieren zu können und ihnen dabei zu helfen, das eigene Potenzial zu entdecken, ist spannend und herausfordernd zugleich. Ich bin äusserst dankbar, dass mir für diese schöne Aufgabe ein sehr professionelles und motiviertes Team zur Seite steht.

Gibt es auch ein Scheitern an der Kirche?

An den Veranstaltungen «fails@church», die ich mitorganisiere, erzählen jeweils ein Katholik, eine Reformierte und ein Freikirchler, wie sie auch an der Kirche leiden oder gelitten haben. Dabei geht es nicht um ein Kirchen-Bashing, denn das gibt es schon genug. Für mich sind auftauchende Probleme in der Kirche eine Herausforderung, die Hemdsärmel nach hinten zu krempeln und es besser zu machen. Es motiviert mich, genau da anzupacken, wo etwas noch nicht gut läuft.

FAILS@CHURCH

In der Veranstaltungsreihe «fails@church» reden Menschen aus der Kirche über ihre Erfahrungen des Scheiterns in der Kirche. Gleichzeitig fragen sie: Ist Scheitern eine Essenz des Erfolgs? Ist Misserfolg ein Teil der Biografie? Und sie plädieren für eine Fehlerkultur in der Kirche. Prominente erzählen ihre Geschichte aus katholischer, reformierter und freikirchlicher Sicht.

Mehr dazu: www.fails.church

Gibt es eine Theologie des Scheiterns?

Ganz klar. Wenn der christliche Glaube ohne Scheitern sein muss, blenden wir das Kreuz aus, an dem Jesus Christus selbst dramatisch gescheitert ist. Das Kreuz wäre ohne Auferstehung Endstation für die Jesus-Bewegung gewesen, doch es erwies sich als Durchgangsstation. Es war die Basis für Vergebung und Neuanfang. Wenn ich nach einem Scheitern mit blutigen Knien am Boden liege, richtet Jesus mich wieder auf und ermutigt mich, einen Neuanfang zu machen und den Weg weiter zu gehen.

Wie verändert «Scheitern dürfen» das Leben eines Leiters und eines Christen?

Wir verkrampfen uns, wenn wir nicht scheitern dürfen oder das Scheitern tabuisieren. Aber wenn wir es in den Alltag integrieren, erfahren wir, wie heilsam es sein kann. Es kann uns korrigieren und zum Neuanfang werden. Ich habe dann auch mehr Verständnis, wenn ein Mensch mir gegenüber schuldig wird. Denken wird an die Bitte im Unservater: «... wie auch wir vergeben unseren Schuldigern».

Welche Unterschiede gibt es zwischen dem Scheitern in der eigenen Familie und im Beruf des Pastors?

Scheitern ist so oder so mit Schmerz verbunden, sei es in der Familie am Mittagstisch oder wenn ich unfair gegenüber einem Mitarbeiter der Kirche bin. Als Pfarrer ist man aber eine Person des öffentlichen Lebens und kann die Situation nicht so gut bereinigen wie in der Familie, weil man Betroffene vielleicht gar nicht mehr erreicht. Ich erinnere mich an eine Situation in einem öffentlichen Setting, in der ich mich sowohl im Ton wie im Inhalt vergriffen habe. Das hat Leute verletzt, aber ich konnte das Gespräch danach nicht mit allen suchen.

Wie entwickeln sich Leute, die nicht scheitern dürfen?

Ich habe den Eindruck, dass solche Menschen mit zunehmendem Alter eine immer schwerere Last zu tragen haben. Wer das perfekte Bild nach aussen um jeden Preis wahren muss, obwohl vielleicht die Kräfte nachlassen, wird entweder rechthaberisch oder resigniert verbittert. Das strahlt aus und hemmt die Gemeinschaft mit andern. Man spürt, dass etwas nicht stimmig und authentisch ist. Ich habe lieber mit Menschen zu tun, die sich ihrer Begrenztheit bewusst sind. Demzufolge kann ich schon jetzt im Umgang mit meinem persönlichen Scheitern jeweils einüben, was ich im Alter einmal ausstrahlen will. Will ich authentisch und versöhnt mit meiner Begrenztheit leben oder verkrampft am perfekten Bild nach aussen festhalten?

Darf man als «Gescheiterter» dennoch über Erfolge in seiner Arbeit reden?

Das ist für mich kein Widerspruch. Wir sind ja alle mit Stärken und Schwächen von Gott geschaffen. Gott braucht uns so, wie er uns geschnitzt hat. Wenn daraus Erfolg entsteht, darf ich auch darüber reden. Gott macht oft mehr aus dem, was wir selbst tun können. Das zu sehen, bewahrt ein Stück weit auch vor Überheblichkeit. Denn wenn etwas gelingt, ist es ein Geschenk. Ich freue mich, wenn meine Bemühungen von Gott gebraucht werden können. Dann wird es zum echten Gewinn für diese Welt, das ist Erfolg. ■

Zur Person: Sämi Müller, 39, ist verheiratet und Vater zweier Mädchen. Gabi und Sämi Müller sind als Pastoren-Ehepaar in der Chile Grüze in Winterthur tätig. Daneben präsidiert er den Verein Kinder- und Jugendarbeit Gutschick und ist Mitinitiator des Netzwerkformats «fails@church».



Stress und Überforderung am Arbeitsplatz sind keine Seltenheit.

SCHEITERN BEI DER ARBEIT

EIN FINANZIELLES DESASTER, EIN FEHLERHAFTES PRODUKT, UNZUFRIEDENE KUNDEN...: WER MAG SCHON GERNE FÜR SOLCHE ODER ANDERE MISSERFOLGE GERADESTEHEN MÜSSEN? DIE GUTE NACHRICHT IST, DASS WIR SELBER EINIGES DAZU BEITRAGEN KÖNNEN, DASS ES NICHT SO WEIT KOMMT. UND WENN DOCH, KÖNNEN WIR IM BESTEN FALL ETWAS DARAUS LERNEN.

Wenn's im Job schwierig wird

Von Daniela Baumann

Leben Sie, um zu arbeiten – oder arbeiten Sie, um zu leben? Das mag auf den ersten Blick ein lustiges Wortspiel sein, doch wirft es eine nicht zu unterschätzende Frage auf. Die nackten Zahlen sprechen eine deutliche Sprache, was die Bedeutung der Arbeit in unserer Gesellschaft betrifft: Gemäss der Organisation für wirtschaftliche Zusammenarbeit und Entwicklung (OECD) sind hierzulande vier von fünf Personen im Alter von 15 bis 64 Jahren erwerbstätig. Das ist deutlich mehr als in unseren Nachbarländern, wo es zwischen rund 60 und 75 Prozent sind. Dabei sind unbezahlte Arbeiten wie

Hausarbeit und ehrenamtliche Tätigkeiten noch nicht berücksichtigt.

Lebensförderndes Potenzial ...

Arbeit ist also für die meisten Menschen in diesem Land über eine relativ lange Zeitspanne ein wesentlicher Teil ihrer Lebensrealität. Und das ist durchaus positiv: Arbeit gibt dem Leben eine Struktur, ermöglicht Kompetenz-

erfahrungen – zeigen zu können, was man kann – sowie soziale Kontakte und Kooperation. Weiter kann eine Arbeitstätigkeit Prestige, Wertschätzung, Identifikation vermitteln und auch die persönliche Weiterentwicklung fördern. «Oft werden uns diese Funktionen von Arbeit erst bewusst, wenn wir sie nicht mehr haben», sagt Achim Elfering, Professor für Arbeits- und Organisationspsychologie der Universität Bern. So fühlten sich Arbeitslose eher einsam, weil mit dem Verlust der Arbeitsstelle auch soziale Kontakte wegfielen.

... und Stresspotenzial

Aus der jüngsten Schweizerischen Gesundheitsbefragung geht hervor, dass jede fünfte erwerbstätige Person an ihrem Arbeitsplatz sehr

oft unter Stress leidet. Gemäss dem «Job-Stress-Index» der Stiftung Gesundheitsförderung Schweiz ist sogar mehr als jeder vierte Erwerbstätige bei der Arbeit gestresst. «Stress entsteht, wenn Arbeitsziele nicht erreichbar sind, weil ein Missverhältnis zwischen Anforderungen und Ressourcen besteht. Wenn unsere Ressourcen nicht ausreichen, um die Anforderungen zu bewältigen, steigt die Wahrscheinlichkeit für Fehler und Misserfolgserlebnisse», erklärt der Arbeitspsychologe.

Wie wohl jeder Mensch aus eigener Erfahrung weiss, gehören Fehler und Misserfolge zum Leben – und somit auch zum Arbeitsleben. Doch die gute Nachricht ist, dass es häufig Möglichkeiten gibt, die Ressourcen zu stärken, damit es gar nicht erst so weit kommt. Dazu gehören beispielsweise häufige kurze Pausen und die Priorisierung der Arbeit im Tagesverlauf: erst die schwierigen und danach die leichten, routinieren Aufgaben. Weiter ist wichtig, sich nicht ständig unterbrechen zu lassen, sogenanntes «Multitasking» zu vermeiden. Schliesslich mahnt Achim Elfering, auch die Erholung nicht zu unterschätzen: «Das Schlimmste ist, nach Feierabend weiterzuarbeiten.» Es sei für die Erholung essenziell, gedanklich abschalten zu können. Dabei helfe zum Beispiel, Sport zu treiben oder Freunde zu treffen, sofern man mit ihnen nicht über die Arbeit spreche.

Gott als Ressource?

Manchmal sind die eigenen Möglichkeiten begrenzt, auf eine schwierige Situation Einfluss zu nehmen. Studien zeigen, dass gerade dann – in vermeintlich ausweglosen Situationen – der Glaube ebenfalls eine Ressource sein kann, die hilft, mit der Belastung zurechtzukommen. Zudem hätten gläubige Menschen häufig zusätzliche soziale Ressourcen in Form eines Netzwerks, das für sie da ist, ergänzt Achim Elfering. Auf der anderen Seite gibt es auch Belege dafür, dass der Glaube eine schicksalsergebene Haltung («so Gott will, wird es gut kommen») begünstigen und dadurch von

durchaus hilfreichen Handeln abhalten kann.

Aus Fehlern lernen

Was aber, wenn alles nichts hilft und der Schaden angerichtet, das Ziel verfehlt, das Geld aufgebraucht, das Produkt misslungen, der Kunde davongelaufen ist? Der Experte rät, zunächst einmal Distanz zu gewinnen und von negativen Emotionen wie Wut oder Ärger «runterzukommen». «Erst dann sollte die Situation gründlich analysiert werden: Weshalb bin ich gescheitert, wie kann ich den Schaden allenfalls beheben bzw. es nächstes Mal besser machen, wer kann mich in dieser Situation unterstützen?» Weitere Voraussetzungen, um dem Scheitern sogar Positives abgewinnen zu können, sind: Sich nicht in Selbstvorwürfen verlieren, mit sich selber barmherzig sein und Kritik nicht allgemein («ich habe versagt»), sondern möglichst spezifisch formulieren.

Stress entsteht, wenn Arbeitsziele nicht erreichbar sind, weil ein Missverhältnis zwischen Anforderungen und Ressourcen besteht.

Und auch hier kann der Glaube eine wichtige Rolle spielen: Wer davon überzeugt ist, von Gott bedingungslos geliebt und angenommen zu sein, kann den eigenen Wert unabhängig von beruflichen und anderen (Fehl-)Leistungen sehen. Womit wir wieder bei der Einstiegsfrage wären: Welchen Stellenwert hat die Arbeit in meinem Leben? Und welchen Stellenwert hat Gott? ■

23

**Der Herr
ist deine
Zuversicht.**

Die Bibel: Sprüche 3,26