

MELANIE & MARKUS GIGER

MITTEN IM STURM

**LEBEN
GLAUBEN
LIEBEN**

In guten und in anderen Zeiten



Melanie & Markus Giger
Mitten im Sturm
Leben, glauben, lieben – in guten und in anderen Zeiten

ISBN: 978-3-906959-47-4
© 2021 MOSAICSTONES, Thun

Der Buchinhalt ist urheberrechtlich geschützt. Jede Verwertung ist ohne Zustimmung des Verlages unzulässig. Dies gilt insbesondere für die elektronische oder sonstige Vervielfältigung, Übersetzung, Verbreitung und öffentliche Zugänglichmachung.

Lektorat: Attila Ebersbach
Umschlag- & Satzgestaltung: OHA Werbeagentur GmbH, Grabs
Druck & Bindung: Finidr, s.r.o., gedruckt in Tschechien

Dieses Buch und weitere interessante Medien
(Auslieferung auch in DE/AT) können Sie beziehen bei:



MOSAICSTONES, Tel. +41 33 336 00 36
info@mosaicstones.ch, www.mosaicstones.ch

Deus adest – Wegbegleiter Giger
www.mittenimsturm.ch

Inhalt

Vorwort	7
Einleitung	9
Prolog	11
LEBEN in stürmischen Zeiten	13
Die Schwangerschaft	13
Die Geburt	17
Die Zeit auf der Intensivstation	20
Der Tod	23
Die Tage danach	26
Die Beerdigung	30
GLAUBEN in stürmischen Zeiten	33
Der Überlebenskampf zu Hause	33
<i>Impuls: Gott greift ein – oder eben nicht</i>	38
Der Schmerz und das Klagen	42
<i>Impuls: Klagen wie Hiob</i>	46
Der erste Todestag und das zweite Jahr	51
Die Stille zu Gott, der mir hilft	57
<i>Impuls: Take a break</i>	64
Zurück in das Leben	66
<i>Impuls: Danken schützt vor Wanken</i>	68
Das Wunder auf dem Spaziergang	70
LIEBEN in stürmischen Zeiten	73
Unsere Ehebeziehung	73
<i>Impuls: Verbindlichkeit</i>	82
Unsere Familie / Unser Umfeld	84
Meine Freundinnen / Mein Freund	89

STÜRMISCHE ZEITEN und das Leben danach	93
Das Grab	93
Die Micha-Box	95
Mein Gottesbild	97
Die Gottesdienste / Die Kirche	105
Veränderungen / Verändertes Selbstbild	107
Epilog	115
Praxis-Tipps	117
Lese- und Hörtipps	123
Danksagungen	125
Quellennachweis	127

IN GUTEN & IN ANDEREN ZEITEN

Songtext von Emanuel Reiter

Du bist so jemand, mit dem man Pferde stiehlt
Sich lauthals kaputtlacht und wild durch Nächte zieht
Mit dir ist es möglich, Wüsten zu durchqueren
Und sibirische Kälte in Sommer umzukehren
Du – du bist so jemand,
der bei noch so rauem Wind hinter einem steht
Und wenn du mich jetzt fragen würdest,
was zum ganzen Glück noch fehlt,
Dann eigentlich nur eines, nur eines

Lass uns beide

**In guten und in anderen Zeiten immer beieinanderbleiben,
und auch wenn die ganze Welt erzählt,
dass das heute nicht mehr geht,
glaub' ich fest daran**

Ich hoff' ich bin so jemand, auf den du zählen kannst
Der für dich kämpft, und das ein Leben lang
Wenn Wolken dich einschließen, will ich dich befrei'n
Will Brücken für dich bau'n, wenn du dich mal nicht traust
Ich – ich hoff' ich bin so jemand, der
dich nimmt und liebt, genauso wie du bist
Und wenn ich jetzt was wünschen dürfte, einfach so,
dann eigentlich nur eines, nur eines

Du und ich
Wir sind wie Pech und Schwefel
Wie zwei starke Magnete, die schwer zu trennen sind
Und wenn wir ein wenig darauf achten,
unser Feuer zu entfachen, leuchtet es auf immer

*Abgedruckt mit freundlicher Genehmigung
von Emanuel Reiter – www.emanuelreiter.com*

Vorwort

Ahnungslos und schwer von Begriff. So sehe ich mich heute, wenn ich auf meinen früheren Umgang mit Leiderfahrungen meiner Mitmenschen zurückblicke. Ich ahnte zwar, wie schwer uns unerwartete Schicksalsschläge treffen können. Konnte mir vorstellen, dass Trauerprozesse Zeit brauchen. Aber ich hatte keine Vorstellung davon, wie anspruchsvoll sie tatsächlich sind. Wie unvermittelt Wellen von Schmerz auch noch nach vielen Monaten über einem Menschen zusammenbrechen können – obwohl er gerade eben noch fröhlich lachte. Das brachte ich nicht zusammen. Es gab Momente, in denen ich ungeduldig wurde und die stille Erwartung hegte, dass es doch anders sein müsste. Wie gesagt: Ich hatte keine Ahnung und war schwer von Begriff ...

Es waren befreundete Mitmenschen, Mitarbeitende, Kolleginnen und Kollegen, die mir halfen zu verstehen, was es heißt, große Lebenswunden zu verarbeiten. Die sich getrauten, ihre Geschichte mit mir zu teilen. Sie halfen mir zu verstehen, welche tiefen Kerben mancher Verlust in das Herz eines Menschen zu schlagen vermag. Wie lange Trauerprozesse dauern können.

Wie hilfreich wäre es auch gewesen, wenn ich damals dieses Buch von Melanie und Markus Giger zur Hand gehabt hätte. Es hätte meinen Lernweg deutlich beschleunigt.

Was Melanie und Markus in ihrem Buch beschreiben, ist einzigartig. Einzigartig ist ihre Offenheit, mit der sie ihren inneren und äußeren Weg inmitten des Verlusts ihres Kindes beschreiben. Es gibt andere Erfahrungsberichte zu diesem Thema. Ich kenne aber keinen, der mich so berührt wie der von Melanie und Markus. Der so eindringlich, umfassend und ehrlich beschreibt, wie sehr das Sterben ihres Kindes ihre Seelen durchbohrt und ihr Miteinander auf die Probe gestellt hat. Ich kenne keinen Einblick, der so ungeschminkt zeigt, wie ein solches Ereignis auf alles seinen Schatten legen und selbst

ein so schönes Lebensgeschenk wie die gemeinsame Sexualität in Mitleidenschaft ziehen kann.

Das Wertvollste an diesem Buch aber ist die Hoffnung, die es vermittelt. Melanie und Markus bezeugen Gottes liebevolle Präsenz inmitten ihres Weges. Seine Gnade, die ihnen ehrliches Klagen erlaubt. Seine Hilfe im Verarbeiten, im neu Fußfassen, im Ringen um Liebe und Verständnis füreinander. Und so bezeugen sie inmitten der vielleicht größten Zumutung ihres Lebens die enorme Kraft des Glaubens an Jesus Christus. Was für ein starkes Zeugnis!

Ich wünsche diesem Buch viele Leserinnen und Leser. Es ist mehr als ein eindrückliches und persönliches Buch. Es ist ein überaus hilfreicher Wegbegleiter für uns alle. Für Betroffene. Für solche, die ihre Mitmenschen durch die Höhen und Tiefen einer Leiderfahrung begleiten möchten. Und nicht zuletzt für solche wie ich damals, die keine Ahnung haben, was es heißt, nach einem biografischen Tsunami wieder auf die Beine zu kommen.

Aarau, März 2021

Thomas Härry

Thomas Härry ist Autor, Dozent an der HF Theologie, Diakonie und Soziales sowie Mentor von Führungskräften

Einleitung

Dieses Buch gibt den Lesenden einen ehrlichen Einblick in unsere Geschichte der letzten Jahre, die geprägt war von der Trauer um unseren verstorbenen Sohn, die leidvolle Zeit danach und die tiefen Erkenntnisse, die während dieser Zeit gereift sind.

In erster Linie möchten wir betroffenen Eltern, die ebenfalls einem Verlust eines Kindes gegenüberstehen, Trost geben und ihnen Mut machen, den Weg der Trauer bewusst zu beschreiten und in ihnen Hoffnung wecken, dass ein Weg zurück ins Leben möglich ist. Ja, dass sogar die Möglichkeit besteht, reifer und stärker aus dieser Situation hervorzugehen.

Wir sind beide Christen, die ihren Glauben an Jesus Christus im Alltag praktisch leben. Deshalb werden einige Gedanken zum christlichen Glauben mit in dieses Buch hineinfließen. Wenn du persönlich damit (noch) nichts anfangen kannst, betrachte diese einfach als Teil unseres Weges. Unser Wunsch ist es, dass du, wenn du entschiedener Christ bist, durch dieses Buch Ermutigung erfährst. Wenn du, lieber Leser, liebe Leserin mit Jesus Christus keine persönliche Beziehung hast, dann ist es unser Wunsch und unsere Einladung, dass du bereit wirst, in ihm den Tröster zu finden. Es gibt auf diesem Weg viele Schätze, die darauf warten entdeckt zu werden. Einen Versuch sollte es doch wert sein, findest du nicht auch?

Zudem richtet sich dieses Buch an Angehörige, Freunde und kirchliche Mitarbeitende, welche besser verstehen wollen, was ein solcher Verlust für betroffene Eltern und Familien bedeuten kann und wie sie in dieser schwierigen Situation unterstützt werden können. Es ist auch deshalb entstanden, weil uns in den letzten Jahren zunehmend Menschen darauf angesprochen haben, wie sie für Betroffene gute «Wegbegleiter» sein und was sie praktisch tun können. Immer wieder stellen wir in diesen Gesprächen ein ehrliches Wollen, aber auch eine große Hilflosigkeit und Überforderung fest.

Als wir beschlossen, aus unserer Geschichte, unseren Erfahrungen und Erkenntnissen ein Buch zu schreiben, entschieden wir uns als Erstes, dass sich Melanie sieben Tage in ein B'n'B zurückzog und alles aufschrieb, was ihr auf dem Herzen lag.

Da kam so viel zusammen, dass wir zum Schluss kamen, dass Markus punktuell sein Erleben mit einfließen lässt. Deshalb stammt der meiste Textanteil von Melanie und die kursiv eingefügten Elemente schrieb Markus. Die Impulsgedanken (blau hinterlegt), wurden von beiden zusammen verfasst.

Du hältst ein authentisches Buch in den Händen, das rund um dieses Tabuthema unserer Gesellschaft nichts bagatellisiert, beschönigt oder gar heikle Passagen auslässt. Wir sind überzeugt, dass nur so jeder Leser davon profitiert. Wir bieten in diesem Buch kein Patentrezept an. Dieses gibt es nicht. Trauerarbeit ist immer individuell. Jede Geschichte rund um den Tod eines Kindes ist einzigartig, Verlust nicht gleich Verlust und Trauer nicht gleich Trauer.

Dies hier ist unsere Geschichte.

Wir haben uns erlaubt, unsere Leser bereits von Beginn an per Du anzusprechen. Unsererseits liegt in diesem Buch so viel Persönliches und jeder, der dieses Buch liest, ist uns so ein Stück nahe, dass wir uns für dieses Du entschieden haben.



So findest du eine angegebene Bibelstelle, zum Beispiel Psalm 119,114:

Zuerst wird das Buch der Bibel genannt (Psalm), dann kommt das Kapitel (119 – die großen Zahlen im Buch), zum Schluss die Verse (114 – kleine Zahlen im Text).

Tipp: Die verschiedenen Bücher der Bibel findet man am besten mit dem Inhaltsverzeichnis. Doch aufgepasst: In einigen Bibeln beginnt das Neue Testament nach ca. $\frac{3}{4}$ der Bibel, die Seitenzählung wieder bei 1.

Prolog

«Wollen wir einmal ganz unverbindlich etwas zusammen trinken gehen?» Diese Frage von Markus an mich stand am Anfang unserer Liebesgeschichte. Aus diesem «unverbindlich» wurde zwei Jahre später, im April 2003, eine Ehe, deren Verbindlichkeit in der Folge hart auf die Probe gestellt wurde.

Ich (Melanie) war schon immer eine Kämpferin. Aufgewachsen in relativ einfachen Verhältnissen auf dem Land, als Jüngste von vier Kindern und einem Schulweg von mehreren Kilometern. Während meiner Ausbildung zur Pflegefachfrau habe ich unter anderem auf einer Palliativstation (für unheilbar kranke, sterbende Menschen) gearbeitet und mich später zur Stationsleitung in einem Alterszentrum weitergebildet.

Markus wuchs zusammen mit zwei älteren Geschwistern in einem Alterszentrum auf. Seine Eltern leiteten diesen Betrieb mit rund 80 Bewohnern. Das Thema Tod gehörte deshalb für ihn zum «Mittagstisch-Gespräch», genauso wie andere alltägliche Themen. Nach der Ausbildung zum Pflegefachmann studierte er während unseren ersten Ehejahren Theologie.

Im Herbst 2010 wurde Markus zum Geschäftsleiter des Bibellesebundes Schweiz berufen, einer christlichen Organisation mit rund 18 Mitarbeitenden – eine verantwortungsvolle Aufgabe mit entsprechend hohem Engagement. Zu dieser Zeit hatten wir bereits zwei Kinder, Boas (2007) und Jael (2009). Der Wunsch nach einem weiteren Kind war da. Und damit auch die Unsicherheit, die wohl viele Eltern kennen: Packen wir das kräftemäßig? Wir haben uns gegenseitig viel darüber ausgetauscht. Ich habe mit Gott gesprochen und aufgeschrieben, was ich den Eindruck hatte, dass er zu mir sprach, dass er mit uns ist, dass wir es packen werden. Das machte mir Mut. So entschieden wir uns, die Verhütung auszusetzen.

Unser Gebet und unser Herzenswunsch während dieser Zeit waren: «Herr, vertiefe unsere Ehe, unsere Leben und unseren Dienst. Erweitere unser Gebiet.» Wir haben mit Gutem, mit Segen gerechnet und damit, dass unsere Leben und unser Dienst kraftvoller und vielfältiger werden würde. Wir haben menschlich «gerechnet», denn ... alles kam anders als erwartet ...

LEBEN in stürmischen Zeiten

Die Schwangerschaft

Ich wurde sehr rasch schwanger. Darüber freute ich mich riesig. Meinem Mann ging es fast etwas zu schnell. Mit seiner neuen beruflichen Situation hätte er gerne noch den einen oder anderen Monat ohne diese Veränderung ins Land ziehen lassen, aber er freute sich trotzdem über das neu entstehende Leben. Nach drei Monaten legten wir die Ultraschallbilder auf unseren Wohnzimmertisch und stießen mit den Kindern auf das neue zukünftige Familienmitglied an. Wir freuten uns alle sehr!

Besonders Jael hatte eine riesige Vorfreude auf das kommende Geschwisterchen. Sie ist mütterlich, packt gerne an und übernimmt wo immer möglich Verantwortung. Das zeigte sich bei ihr bereits mit drei Jahren, wurde auch in der Spielgruppe beobachtet und überhaupt im Umgang mit anderen Kindern. Ich wusste, gerade mit Jael habe ich zwei zusätzliche helfende Händchen.

Die Schwangerschaft verlief so weit unauffällig. Mein Bauchumfang war diesmal etwas größer, weil ich mehr Fruchtwasser hatte als bei den zwei Schwangerschaften zuvor. Das kann ein Warnsignal für gewisse Komplikationen sein, muss aber nicht. Bei unserem ersten Kind hatte ich eine Schwangerschaftsvergiftung mit anschließender Frühgeburt. Ich wusste, jede Schwangerschaft ist einzigartig und so machte ich mir nicht allzu viele sorgenvolle Gedanken darüber, was im Grunde ein Geschenk war.

Markus: Grundsätzlich bin ich kein ängstlicher Mensch. Aber jede Schwangerschaft von Melanie war für mich mit gewissen Ängsten verbunden. Bei dieser dritten Schwangerschaft hatte ich von Anfang an ein ungutes Gefühl. Das hing bestimmt auch damit zusammen, dass meine Schwester und ihr Mann kurz zuvor ein Mädchen mit Down-Syndrom bekommen hatten. Diese Diagnose machte mich sehr betroffen und verstärkte mein Unbehagen noch mehr. Dies nicht,

weil ich das Leben von beeinträchtigten Menschen nicht wertschätze, sondern vielmehr, weil ich mir persönlich der Verantwortung und der Zusatzbelastung (auch des Umfelds) sehr bewusst bin.

Nach jedem Kontrolltermin bei der Frauenärztin wollte Markus jeweils gleich Bescheid wissen, ob alles gut war. Nicht immer habe ich das umgehend gemacht, denn es war ja alles gut. Im Nachhinein muss ich sagen, dass ich zu wenig realisiert habe, wie tief die Ängste von meinem Mann waren. Sonst wäre ich wohl umsichtiger gewesen. Das tut mir heute leid.

Mit jeder Schwangerschaftswoche wurde ich zunehmend erschöpfter. Ich spürte meine Grenzen. Abends, wenn die Kinder im Bett waren, legte ich mich gleich auch ins Bett. Ich war so müde.

Eine Blutuntersuchung ergab, dass mein Eisenwert praktisch bei null lag, und dies trotz Eisentabletten. Meine Frauenärztin erschrak über diesen Wert und fragte erstaunt: «Frau Giger, wie schaffen sie bloß ihren Alltag?» Ich antwortete nur: «Ich muss einfach.» Darauf wurde entschieden, dass ich Eiseninfusionen bekomme. Langsam zeigten diese ihre Wirkung. Trotzdem begann ich mir ernsthaft Fragen zu stellen. Wie schaffe ich das, wenn das Baby erst da ist? Nächstelang aufstehen, wenn ich jetzt schon dauernd schlafen könnte?

Die weiteren Ultraschalluntersuchungen ergaben, dass es dem Baby gut geht. Wir waren dankbar dafür.

Markus: Im Herbst 2010 zogen wir von einer Wohnung in ein Reihen-Einfamilienhaus mit Umschwung. Nun galt es, uns als Familie auf den Alltag zu fünft praktisch vorzubereiten. Wir suchten dafür unter anderem ein größeres Auto. Unser derzeitiger Wagen hatte keinen Platz für drei Kindersitze auf der Rückbank. So schloss ich einen Kaufvertrag für einen großen Minivan ab. Dieser sollte genau um den Geburtstermin an uns ausgeliefert werden.

In den Wochen vor dem Geburtstermin sprachen mir verschiedene Leute Worte und Eindrücke zu, welche sie von Gott als Zu-

spruch für mich erhielten. Ihre Bedeutung blieb mir zunächst weitgehend verborgen. Noch konnte ich die Tiefe und die Wahrheiten dahinter nicht verstehen. Doch ich habe sie alle aufgeschrieben, um mich daran zu erinnern. Mein Mann brachte mir das Buch «Den Himmel gibt's echt» nach Hause, welches mir eine Kollegin empfohlen hatte und ich deshalb lesen wollte. In diesem Buch geht es um einen vierjährigen Jungen, welcher ein Nahtoderlebnis hatte und in dieser Zeit im Himmel war. Was er dort erlebte, teilt er in diesem Buch mit. Dadurch beschäftigte ich mich näher mit dem Himmel und was die Bibel darüber sagt.

Fast zeitgleich stieß ich auf einen Artikel in einer Zeitschrift, welcher Erwachsenen Hilfe bietet, Kinder beim Tod von nahen Angehörigen zu begleiten. Ich habe diesen Text aufbewahrt, weil ich dachte, das wäre vielleicht einmal ein Thema, um im monatlichen «Müttertreffen» unserer Kirche sich mit anderen Müttern darüber auszutauschen.

Jael und ich zogen vor dem Geburtstermin in unserer Kirche je eine Jahreslosung (persönlicher, biblischer Leitvers für ein Jahr) für das Baby. Als ich diese beiden Verse las und die Bilder auf den Karten betrachtete, sagte ich zu Jesus: «Was willst du mir damit sagen?» Dabei dachte ich an den Tod. Ich kann diesen Moment nicht beschreiben. Bis zu diesem Tag erlebte ich das Ziehen von Losungen immer als etwas Ermutigendes, Auferbauendes. Dieses Mal war es für mich aber irritierend und mit offenen Fragen verbunden.

Bibelvers von Jael gezogen:



Bibelvers von Melanie gezogen:



Rückblickend glaube ich zutiefst, dass mich diese Bibelverse auf das folgende Geschehen vorbereiteten. Nicht dass ich die darauffolgenden letzten Schwangerschaftswochen besondere Ängste entwickelte, aber es war ein herausfordernder Moment, der sich in meine Gedanken einprägte.

Vor dem Geburtstermin wollte Jael immer wieder die Geschichte aus dem Buch der Offenbarung aus der Kinderbilderbibel hören, in der beschrieben wird, wie es im Himmel ist, bzw. sein wird. Dass Gott eine neue Welt schaffen wird, die Straßen aus Gold sein werden und dort der Ort ist, wo Gott alle Tränen abtrocknen wird. Es dort keine Krankheiten, Schmerzen und Tod mehr geben wird. Leid und Klage wird es nicht mehr geben. Immer wieder wollte sie diese Geschichte hören. Also schaute ich mit ihr die Bilder an und erzählte ihr, was dort stand.

Die Geburt (Sonntagmittag)

Die ersten Wehen setzten frühmorgens ein. Zwei Wochen vor dem errechneten Geburtstermin, wie bei Jael. Nichts Aussergewöhnliches. Mein Mann und ich machten uns nach Rücksprache mit der Hebamme relativ zügig auf den Weg ins Spital. Die Hebamme, welche für uns zuständig war, kannte uns von den Geburten von Boas und Jael. An diesem Morgen durfte sie wählen, für welche Gebärende sie die Verantwortung übernehmen wollte. Sie entschied sich für mich. Die Hebamme, mein Mann und ich rechneten damit, dass das Baby wohl gegen Mittag auf die Welt kommen würde. Es ging alles rasch vorwärts. Gegen 11:00 Uhr war der Muttermund bereits voll geöffnet und alles war bereit ...

Trotz Wehenmittel waren wir auch zwei Stunden später keinen Schritt weiter. Das machte mich stutzig. Es war ja nicht das erste Baby, das ich zur Welt brachte. Die Hebamme strahlte, wenn auch mit hochrotem Kopf, immer noch Ruhe aus. Ich beobachtete sie aufmerksam, denn ich spürte, dass ich mich auf sie mehr verlassen konnte als auf die unerfahrene Assistenzärztin, die auch im Raum war. Doch zunehmend fühlte es sich für mich seltsam an. Mein Gefühl sagte mir, dass das Baby schon längst hier sein sollte. Ich stieß