

Gott hat mein Leben im Griff

Morbus Basedow???

Morbus Basedow ist eine Autoimmunerkrankung. "Autoimmun" bedeutet, dass der Körper sich durch eine falsche Reaktion des Immunsystems versehentlich selbst bekämpft. Morbus Basedow ist also verursacht durch einen Fehler im Immunsystem. Handelt es sich bei der Erkrankung um eine Schilddrüsenüberfunktion? Morbus Basedow ist eine Krankheit, die den ganzen Körper betrifft und sich charakteristischerweise zunächst durch eine übermässige Hormonproduktion der Schilddrüse bemerkbar macht. Das Wissen um die Ursache des Morbus Basedow ist noch unvollständig. Ganz sicher kann man davon ausgehen, dass nicht eine Ursache allein den Morbus Basedow auslöst, sondern eine Reihe von Bedingungen zusammentreffen müssen, damit die Krankheit ausbricht.

Als Ursache des Morbus Basedow wird ein komplexes Geschehen vermutet. Hierbei spielen genetische, immunologische und Umwelteinflüsse eine Rolle. Daneben wird auch der Einfluss von psychischen Stress als Auslöser der Erkrankung diskutiert. Ursachen des Morbus Basedow können sein: Hormonelle Veränderungen, Infektionen, Jod, Stress, Rauchen.

Mehr Infos findest du hier: www.morbusbasedow.de

19. April 2016: Wie alles begann...

Ich bemerkte schon länger, dass ich unruhig und nervös war. Zitternde Hände, Schweissausbrüche, lautes Herzklopfen, schlechter Schlaf, Gewichtsverlust, Müdigkeit, rasender Puls und ausser Atem kommen, gehörten auch zu den Symptomen. Ich schob alles auf den Stress und nahm die Anzeichen meines Körpers nicht wahr, die eigentlich schon länger da waren. Mein Mann bemerkte Gott sei Dank diese Veränderungen und vereinbarte für mich einen Termin bei meiner Hausärztin. Ich hätte noch lange nicht angerufen, aber dann hätte es lebensgefährlich werden können! Am 19. April 2016 ging ich das erste Mal zu meiner Hausärztin und schon nach wenigen Minuten vermutete sie, dass etwas mit meiner Schilddrüse nicht in Ordnung ist. Dies ist nicht selbstverständlich. Viele Kranke rennen von Arzt zu Arzt, weil viele Ärzte nicht auf Morbus Basedow kommen! Meine Frage war dann: "Wo ist denn überhaupt die Schilddrüse?" Ich hatte wirklich keine Ahnung, wo die im Körper ist! Das Blut für die Bestätigung der Schilddrüsenüberfunktion wurde ins Labor geschickt und die Blutwerte kamen versehentlich erst am 22. April 2016 zur Hausärztin und sofort rief sie mich um 17.10 Uhr an und bat mich in den nächsten 1,5 Stunden ins Spital zu gehen, weil meine Werte so hoch und kaum messbar waren! Da gerade ein Wochenende vor der Tür stand, war das Organisieren der Kinder schnell erledigt. Mein Mann fuhr mich ins Spital und unsere drei Kinder machten sich einen gemütlichen Abend vor dem Computer!

22. - 26. April 2016: Vier Tage im Spital

Um 18.30 Uhr begab ich mich auf den Notfall. Fragen wurden gestellt, Puls und Blutdruck gemessen (waren viel zu hoch!), Gewicht gewogen (um die 8 kg leichter!), Infusion gesteckt (wo sind meine Venen verschwunden?), Blut genommen,... Da an diesem Abend kaum was los war, lag ich schon um 20.00 Uhr in einem richtigen Spitalbett im Überwachungsraum. Mein Körper wurde verkabelt, die Infusion angehängt

und das Blutdruckmessgerät installiert und schliesslich noch eine Spritze ins Bein, damit es beim vielen Liegen keine Thrombose entsteht. Jetzt konnte die Medikamenteneinstellung beginnen. Da ich eine Bauchschläferin bin, war es für mich eher schwierig auf dem Rücken einzuschlafen. Als ich dann endlich einmal schlief, träumte ich wirres Zeug! Um 5.00 Uhr sprach ich etwas zu laut mit der Krankenschwester und meine Bettnachbarin meinte daher, dass es schon morgen sei! Den Samstag verbrachte ich den ganzen Tag im Bett. Was blieb mir auch anderes übrig! Am Sonntag mussten meine Bettnachbarin und ich unser Frühstück auslassen, weil wir noch zum Ultraschall mussten. Bei mir wurde es schlussendlich fast Mittag bis ich dran kam. Mit knurrendem Magen lag ich nun beim Ultraschall. Nebst der Vermutung, dass es Morbus Basedow sein könnte, fanden die beiden lustigen Ärzte noch einen grossen Gallenstein und Zysten um die Gebärmutter. Zurück vom Ultraschall fand ich mein Bett samt meiner Zimmernachbarin in einem normalen Spitalzimmer wieder. Solange mir der Gallenstein keine Probleme macht, wird auch nichts gemacht. Später muss ich dann einmal wegen den Zysten zur Frauenärztin. Eilt aber nicht, da es auch mit Hormonen zu tun hat. Jetzt kommen einmal die Schilddrüsenhormone dran. Am Montagmorgen staunten wir nicht schlecht als die Nachtvorhänge beiseite geschoben wurden. Draussen war es weiss! Es hat geschneit! Meine Bettnachbarin ist 86-jährig und erzählte mir jeden Tag dieselben Geschichten. Wir hatten es aber lustig miteinander. Langsam nervt mich das Blutdruckmessen! Da der Blutdruck zu hoch ist, "hornt" das Gerät immer wieder und mein Arm tut mir von dem vielen Zudrücken weh! Am Abend wurde ich von der Infusion befreit und die Medikamente durfte ich jetzt selbständig nehmen. Ein Schritt in die Freiheit! Schon ist es Dienstag und ich erfahre, dass ich am Nachmittag nach Hause darf :-). Ein Arzt bedankte sich bei mir, dass ich da war. Er kannte Morbus Basedow nur aus den Büchern und fand es ganz interessant und spannend. Dank mir hat er einiges gelernt. Meine Bettnachbarin hatte fast Tränen in den Augen als ich ging. Mit einem Rezept (alle 8 Stunden je 3 Néo-Mercazole 5mg/ 1 Inderal 40mg) in der Hand fuhr ich mit meinem Mann durch den Schnee wieder nach Hause.

26. April 2016: Wieder zu Hause

Am 26. April war ich wieder zu Hause und freute mich auf mein Bett. Die nächsten zwei Wochen verbrachte ich auch viel Zeit darin! Ich durfte nichts Anstrengendes (Haushalt, Velofahren,..) machen, weil mein Körper nur schon beim Nichtstun einen 100m - Lauf machte. Bei meiner Hausärztin war ich zwischendurch auch noch. Ich habe gelernt bis zu 2 Liter Wasser zu trinken, bevor ich wieder einmal Blut geben musste/muss. Sonst bin ich eher ein schwieriger Fall beim Blutabnehmen. Die im Spital haben sich auch schon an mir die Zähne ausgebissen... Vielleicht lag es daran, dass ich zu wenig trank! Während der Zeit im Spital hat mir Gott ein Bild geschenkt: Ich sah mich mit Jesus Hand in Hand auf einem Weg. Aber man konnte nicht erkennen, wohin der Weg führt. An dieses Bild muss ich oft denken. Ich weiss nicht wie der Weg weitergeht, aber ich weiss, Jesus ist mit mir auf diesem Weg und das gibt mir Hoffnung.

10. Mai 2016: Entscheidung

Seid gestern beschäftigt mich die Frage, was wird mit meiner Seelsorgeausbildung? Ich hätte noch drei Blöcke à 2 Tage und dann hätte ich sie abgeschlossen. Schweren

Herzens habe ich mich entschieden, die Ausbildung zu beenden. War dann ziemlich nahe am Wasser gebaut. Tränen flossen und ich heulte wie ein Schlosshund! Aber ich habe die Möglichkeit die Ausbildung noch einmal anzufangen. Jemand schrieb mir: "Du bist eigentlich noch mitten drin... Was du jetzt gerade erlebst, das kann niemand nachempfinden, ausser er hat es selber erlebt und so gesehen ist es eine wertvolle Zeit in dem Sinne, dass du Menschen in ähnlichen Situationen nachfühlen kannst und so wiederum eine Hilfe sein wirst."

Diese Entscheidung habe ich meiner Gruppenleiterin und meiner Gruppe mitgeteilt. Sie haben mir dann liebe E-Mails und eine liebe Karte geschrieben. Das hat mich zu Tränen gerührt :) Ich vermisse die Zeit mit ihnen und bin traurig, nicht mehr bei meiner Gruppe zu sein und mitzuerleben, wie Gott ihnen als Ratsuchende begegnet und Heilung schenkt. Aber auch nicht mehr mitzuerleben, wie sie in der Rolle als Seelsorger wachsen.

Manchmal muss ich über Gott schmunzeln. Vor einigen Jahren bin ich mit Gott zusammen durch einen Prozess der Trauer gegangen und habe mich mit meiner Kindheit versöhnt. Kaum war dieser Prozess fertig, kam schon ein nächster Prozess aus meinem Leben dran und jetzt ist schon wieder ein Prozess dran. Mit Gott wird es mir wohl nie langweilig :-)

11. Mai 2016: Szintigrafie

Heute Morgen musste ich im Inselspital in Bern eine Szintigrafie der Schilddrüse machen lassen. Während der Fahrt trank ich 2 Liter Wasser, damit es dann beim Blutabnehmen auch gut klappt. Und es hat super geklappt! Ich war froh, als die 10 Minuten der Szintigrafie vorbei waren. Eigentlich muss man nur liegen und warten. Aber ich merkte, dass dieses Gerät mir zu Nahe an meinem Körper war und ich mich dabei nicht wohl fühlte. Ich würde Mal sagen, dieses Gerät hat meine persönliche Grenzen überschritten. Danach wurde noch einmal ein Ultraschall gemacht, Gott sei Dank wurden keine Knoten gefunden. Einen typischen Morbus Basedow wurde erneut bestätigt und ich konnte nach einer Stunde wieder gehen.

13. Mai 2016: Gedanken

Die Menschen um mich herum sehen mir nicht an, dass ich Morbus Basedow habe. Soll ich es auf meine Stirn schreiben? Es wäre unter Menschen einfacher. Ich bin oft nach kurzer Zeit müde und habe keine Ausdauer. Ich sehne mich nach meinem Bett. Noch fünf Minuten... Tabletten schlucken, Zähne putzen und ab ins Bett. Gute Nacht allerseits.

14. Mai 2016: Weitere Gedanken

Meine Kräfte sind noch an einem kleinen Ort. Am frühen Abend ist meine Energie weg und erst noch nach einem schlaflosen Tag. Reichen die Kräfte für Morgen? Bin ich schon am Mittag müde und ausgelaugt? Meine Ausdauer ist auch weg! Bringe nichts zu Ende was ich angefangen habe! Alles bleibt liegen!

18. Mai 2016: Fragen über Fragen

Werde ich im Sommer ins Jungscharlager mitgehen können? Ist es zu anstrengend? Im Moment tendiere ich eher auf nein, da ein Lager doch sehr anstrengend ist. Seit dem Spitalaufenthalt träume ich jede Nacht alles Mögliche durcheinander. Vielleicht eine Art Verarbeitung?

23. Mai 2016: Arzt- und Augenarzttermin

Mein Blutdruck und Puls haben sich wieder normalisiert. Beim Augenarzt konnte ich die 3D-Bilder nicht sehen! Ich ziehe die Radiojodtherapie der Medikamententherapie vor.

26. Mai 2016: Verständnis

Hat mich der Augenarzt am Montag verstanden? War er mit mir bzw. mit Morbus Basedow überfordert? Das Verständnis der Gesellschaft für diese Krankheit ist nicht sehr gross. Man weiss ja auch nicht so viel darüber.

30. Mai 2016: Entscheidungen

Alle Entscheidungen aufgrund von Morbus Basedow finde ich mühsam!!!

3. Juni 2016: Radiojodtherapie

Ich habe mich für eine Radiojodtherapie entschieden. Meine Hausärztin und die Ärzte im Inselspital sind sich alle einig wegen der Radiojodtherapie :-) Am 21./22. Juni muss ich ins Inselspital zu den Voruntersuchungen und am 4. Juli geht's dann los... Aus Strahlenschutzsicherheit muss ich 10-12 Tage dort bleiben. Ich muss einfach am ersten Tag die Radiojodkapsel schlucken und dann warten bis ich nicht mehr Radioaktiv - unter einem Wert bin und dann kann ich wieder nach Hause. Habe gerade heute Morgen entdeckt, dass in dieser Zeit die Fussball - EM in Frankreich ist :-) Aber dazu mehr, wenn es soweit ist...

Vom 25. Juni - 2. Juli haben wir eigentlich schon länger ein grosses Bungalowzelt in Italien etwas oberhalb dem Meer gebucht und bezahlt. Da ich ja am 4. Juli die Radiojodtherapie anfangen muss, weiss ich im Moment nicht, ob wir überhaupt gehen können. Am Meer ist es jodhaltiger als in den Alpen. Vor einiger Zeit hatte ich ein OK von meiner Hausärztin, aber jetzt weiss ich noch nicht, ob das wegen der Radiojodtherapie gehen wird.

Ich glaube und vertraue Gott, dass Er mich von Morbus Basedow vollständig heilen kann. Wie Er das machen will und wann, überlasse ich Ihm. Bin aber auch dankbar, dass es Ärzte und Medikamente gibt. Lukas (aus der Bibel) war schliesslich auch ein Arzt. Bin sehr dankbar für alle Gebete und gleichzeitig aber auch über meine Hausärztin, welche einmal auf einer "Schilddrüsenabteilung" gearbeitet hat und viel Erfahrung auf diesem Gebiet hat. Eines weiss ich aber von Herzen: GOTT IST DA MITTENDRIN UND TRÄGT MICH DURCH DIESE ZEIT. AMEN.

4. Juni 2016: Ferien

In einer Decke umwickelt habe ich mich mit meiner Wasserflasche, gut jetzt ist gerade Sirup darin, auf dem Balkon an die frische Luft gesetzt und schweife meinen Gedanken nach. Letzte Nacht konnte ich lange nicht einschlafen, weil mich das Ganze mit den Ferien beschäftigt hat. Ich habe mich entschieden unsere Familienferien nicht vom Morbus Basedow zu vermiesen. Wenn es mit Italien nicht klappen würde, würden wir hier in der Schweiz eine Woche lang mit unserem Zelt in der Nähe eines Sees Ferien machen. Die Kosten wären ungefähr dieselben, wie wenn wir die Tunnel- und Mautgebühren in Italien zahlen würden. Da wir nie eine Reiseversicherung beim Buchen abschliessen (brauchten wir die letzten 15 Jahre auch nie), hätten wir das Geld im wahrsten Sinne des Wortes in den Sand gesetzt :(Aber noch ist nichts entschieden.

Da ich lieber an der frischen Luft bin als drinnen, frage ich mich manchmal schon, wie ich die 10-12 Tage im Inselspital ohne ein Fenster öffnen zu dürfen, aushalten werde. Werde es schon schaffen :-)

8. Juni 2016: Aufräumen

Stellt euch einmal vor: Unser Wohnungseingang ist seit Monaten wieder einmal richtig aufgeräumt und die Weihnachtsdekoration abgeräumt! Was man da nicht alles findet: Stinksocken, Schokoladenpapier, Mützen, Handschuhe, Badetuch, Taucherbrille, Brillenetui, Verlorengegangenes,... Ein Schuh fehlt immer noch, aber den finden wir ganz bestimmt heute im Wohnungsgang! Vielleicht muss ich für den Gang noch einen Bagger bestellen! Wenn man Glück hat, findet man den eigentlichen Boden und sonst muss man zirkeln, damit man nicht versehentlich auf die Laufnagelschuhe der Kinder steht und sich noch verletzt! Chaos über Chaos in unserer Wohnung, aber zuerst durfte ich kein Haushalt machen und jetzt reicht mir die Kraft für ein Zimmer pro Tag in Ordnung zu bringen. Mit dem Wohnungsgang sind es nur noch vier Zimmer. Ein Ende ist in Sicht oder doch nicht ganz? Unsere Wohnung räumt sich leider nicht von alleine auf, schade. Also ab in die Aufräumschlacht...

9. Juni 2016: Gott hat das ganze Bild

Auch wenn ich mich langsam besser fühle, der Blutdruck und der Puls sich wieder normalisiert haben, heisst es aber nicht, dass der Morbus Basedow weg ist. Ich glaube nach wie vor, dass das für Gott ein Wimpernzucken wäre und der Morbus Basedow wäre weg. Warum er noch da ist, weiss Er am Besten und Er hat den Überblick über mein Leben und sieht das ganze Bild. Wer weiss, für was diese Krankheit noch alles Gut ist? Seit der Diagnose sind jetzt acht Wochen vergangen und ich möchte keinen Tag missen. Ich nehme Gott auf eine neue Art wahr, versuche auf meinen Körper zu hören, habe mir über gesunde Ernährung Gedanken gemacht (die Frage lautet mehr: Wo ist kein Jod drin?), gehe gelassener durch den Tag, nehme mir Zeit für mich und Gott und versuche Stress zu vermeiden.

Übrigens, ich muss nur noch das Wohnzimmer aufräumen. Meine Kinder haben mir gestern super geholfen :-). Alleine hätte ich die Kraft nicht dazu gehabt. Es hat mir Freude bereitet mit den Kindern aufzuräumen und ich könnte mich an die aufgeräumte Wohnung wieder gewöhnen!

11. Juni 2016: Ferien zum Zweiten

So, unsere Familienferien werden wir jetzt vom 25. Juni - 3. Juli zu Hause verbringen. Ich habe gemerkt, dass es mich stresst, wenn wir vor der Radiojodtherapie, welche am 4. Juli anfängt, noch eine Woche irgendwohin in die Ferien fahren würden. Da all die Arztbesuche bei meiner hohen Franchise unser Geldbeutel noch mehr sprengt, werden wir je nach Wetter einen Tag an einem See verbringen, zusammen an einem Bach bräteln, Spiele machen, Brockenstuben unsicher machen und was uns alles noch geldschonendes in den Sinn kommt :-). Mit unserem Versicherungsvertreter werden wir noch schauen, ob wir nicht doch noch irgendwo in unseren Versicherungen eine Reiseversicherung vorhanden ist, damit das einbezahlte Geld für die Ferien in Italien vielleicht nicht ganz aus dem Fenster geworfen ist! Und sonst kann ich es nicht ändern und es ist so :-).

12. Juni 2016: Nicht mein Tag!

Diese Nacht konnte ich bis 3.00 Uhr nicht einschlafen! Meine Gedanken drehten sich um die Radiojodtherapie, meine Kinder, wie geht mein Weg weiter, Jungscharlager,... und ich wälzte mich im Bett hin und her und fand keine Ruhe. Ich schrie einfach Jesus, Jesus, Jesus,... denn ich konnte all die Gedanken nicht in Worte fassen. Heute Morgen sass ich dann müde im Gottesdienst und hörte gespannt der Predigt zu. Darin ging es um Israel und seine Verheissungen, die sich vor unseren Augen am Erfüllen sind (Jeremia 91,5). Auch ich darf auf einem verheissungsvollem Weg leben. Aber wo sehe ich im Moment die Verheissungen in meinem Leben in Erfüllung gehen? Warum muss ich diesen Weg der Krankheit gehen? Ich möchte wieder bei Kräften sein und Energie für meine Familie und meinen Dienst haben! Sowie jetzt beim Schreiben wie auch nach der Predigt, kullerten die Tränen über mein Gesicht nach unten. Ich will nicht schwach sein, muss es aber wohl zulassen. Mit schon nassen Augen nahm ich dann Gebet in Anspruch. Das tut gut Menschen zu haben, die im Gebet für einem eintreten und man fühlt sich nicht so alleine mit der Situation. Ich weiss, dass ich alles Gott abgeben darf. Ist aber einfacher gesagt als getan, da ich mitten in dieser nicht so einfachen Situation der Krankheit bin und sich vieles (Tabletten schlucken, Arztbesuche, körperliche Einschränkungen, Radiojodtherapie, Psyche,...) um die Krankheit dreht. Ich kann und will sie nicht im Alltag ausblenden, aber ich will versuchen den Blick auf Jesus und seine Verheissungen zu richten und zu behalten.

14. Juni 2016: Bibelverse

Am Kühlschrank, am Badzimmerspiegel,... kann man sie finden. Genau, Bibelverse können dort angeklebt sein. Persönliche Verse, Verse zur Ermutigung, Verse zum Trost, verheissungsvolle Verse,... Römer 8,28 könnte so ein Vers sein: Wir wissen aber, dass denen, die Gott lieben, alle Dinge zum Besten dienen, denen, die nach seinem Ratschluss berufen sind. Inzwischen weiss ich, dass dieser Vers bestand hat und erlebe es auch so. Aber was ist, wenn mir jemand lieb gemeint, diesen Vers im Leid um die Ohren knallt? Wenn ich einen lieben Menschen verloren habe, unheilbar Krank bin, mitten im Sumpf stecke, keinen Ausweg mehr sehe, das Elend auf dieser Welt sehe, ein Warum im Raum steht, es einfach schmerzt,...? Da könnte ich Römer 8,28 auf den Mond schiessen! Aber wenn ich aus dem finsternen Tal gekrochen bin, hole ich ihn dann wieder vom Mond zurück! Wenn ich einen lieben Menschen verloren habe, um ihn getrauert habe, Gott mit Warums bombardiert habe, unzählige Tränen geweint habe,... dann dient mir diese Erfahrung zum Besten, weil ich dann auch andere trauernde Menschen trösten und verstehen kann. Aber erst dann!

Die Krankheit wird mir auch zum Besten dienen. Im Moment macht aber Römer 8,28 noch Ferien auf dem Mond. Wann ich ihn zurückhole, weiss ich noch nicht. Genau diese Ungewissheit macht mir Mühe. Nicht zu wissen, wie es mir fast 2 Wochen während der Radiojodtherapie ohne meine Familie, ohne sie zu drücken, gehen wird. Nicht zu wissen, wie ich es 10-12 Tage ohne nach draussen an die frische Luft zu gehen, aushalten werde. Nicht zu wissen, ob ich an den zwei Musical-Konzerte der Kinder dabei sein kann. Nicht zu wissen, ob ich mit ins Jungscharlager gehen kann. Was ich aber ganz sicher weiss und glaube, ist das, dass Gottes Wort und seine Verheissungen gewiss und wahr sind.

14. Juni 2016: Podcast: Die Kunst auch in schwierigen Zeiten aufzugeben

Tobias Teichen ICF München: <https://youtu.be/vxM9cUyhHnQ>

15. Juni 2016: Heute ist nicht mein Lieblingstag...

Der 15. Juni ist nicht mein Lieblingstag. Dieses Datum erinnert mich immer wieder daran, dass meine Mutter ohne mir tschüss zu sagen, nie mehr nach Hause kam. Heute ist das schon 25 Jahre her und ich vermisse sie immer noch - wohl mein Leben lang. Es ist ein Geheimnis, warum meine Mutter viel zu früh (ist meine menschliche Sicht) aus dem Leben gerissen wurde. Dieses Geheimnis: Ich verstehe es nicht, es ist ein Rätsel, Gott wo warst du?, warum? bleibt ein Geheimnis. Aber im Wort Geheimnis kommt Heim vor. Ich lebe mein Leben lang mit diesem Geheimnis, aber mit Gott zusammen kann ich in diesem Geheimnis wohnen. Als heute Morgen mein Wecker um 6.00 Uhr mich aus meinen Träumen riss, um die Tabletten zu schlucken, schaute ich noch kurz aus dem Fenster. So schön, Sonnenstrahlen glitzerten mir von den Bergspitzen entgegen und mir kam dieses Lied in den Sinn: Vom Aufgang der Sonne bis zu ihrem Niedergang sei gelobet der Name des Herrn, sei gelobet der Name des Herrn. Auch wenn heute nicht mein Lieblingstag ist und ich am Liebsten den Hr. Basedow in die Wüste schicken möchte, möchte ich ein Licht für meine Mitmenschen sein, möchte ich für alle Segnungen in meinem Leben dankbar sein und möchte Gott von ganzem Herzen loben. Gott in allen Umständen zu loben, fällt mir im Moment zwischendurch schwer. Ich weiss, ich lebe auf dieser Welt und auf dieser Welt gibt es Leid, Schmerz und Tränen und hat nichts damit zu tun, dass Gott nicht gut wäre. Aber manchmal fehlen mir einfach die Worte Ihn zu loben und da bin ich einfach lieber still vor Ihm.

16. Juni 2016: Nichts tun

Diese Nacht habe ich wieder wie ein Weltmeister geträumt und wenn der Wecker nicht um 6.00 Uhr geklingelt hätte, wäre ich noch jetzt am Träumen! In einer halben Stunde (14.00 Uhr) ist es wieder soweit: Tabletten schlucken und für eine Stunde ab ins Traumland. Die Jüngste hat Schule, die Mittlere hilft der Lehrerin freiwillig Schränke putzen und die Älteste liegt mit Angina in ihrem Bett und macht Hausaufgaben. So stehen heute die Chancen gut, dass mich alle eine Stunde in Ruhe lassen. Ich merke einfach, dass ich mehr Schlaf brauche als normal. Was ist normal? Oder liegt es daran, dass ich fast jeden Tag um 6.00 Uhr schon munter bin? Dafür genieße ich die Zeit bis 6.45 Uhr in meinem warmen Bett mit Gott zusammen. Danach heisst es, nah dies nah die Kinder zu wecken, Brot mit Butter und Konfitüre zu bestreichen, Kakao zu machen und alle immer wieder motivieren vorwärts zu machen... Plötzlich ist es wieder still und ich stehe da und überlege mir, was mache ich jetzt? Die letzten paar Wochen oder waren es sogar Monate, kroch ich wieder unter meine Decke und schlief weiter... Im Moment mache ich das nur noch ab und zu. Gut, aber was mache ich jetzt, wenn ich mich nicht verkriechen muss? Genau, ich flitze durch die Wohnung, bringe sie wieder auf Vordermann und als ich fertig bin, ist es erst 8.00 Uhr! Was mache ich nur mit all der Zeit, bis ich um 11.30 Uhr in die Küche muss? Hmm... putzen könnte man ja immer und Schränke ausmisten auch. Hilfe, ich habe viel zu viel Zeit zum Nichts tun. Da mein Körper ja nicht die Kraft hat, den ganzen Tag auf Achse zu sein, ist Nichts tun ja legitim :-). Aber ich kann doch nicht Nichts tun! Nichts tun liegt nicht in meinen Genen. Also mache ich jetzt nichts. Was das auch immer heisst.

17. Juni 2016, Gott ist da

Erschöpft vom Tag und vollgestopft mit Keksen (hätte ich nur weniger gegessen!) hänge ich in meinem Sitzsack rum und lasse meine Finger über die Tastatur gleiten. Denken geht gerade noch. Heute Morgen war ich freiwillig bei meiner Hausärztin, weil ich noch einige Fragen wegen der Radiojodtherapie hatte. Weniger freiwillig war zum Schluss der Halsabstrich wegen allfälligen Streptokokken (Angina). Da waren aber keine zu Hause. Wegen der Voruntersuchung am Dienstag und Mittwoch darf ich keine Néo-Mercazole am Montag/Dienstag/Mittwoch nehmen. Wie wirkt sich das auf meinen Körper aus? Wie wirkt sich das auf meiner Gefühlsebene aus? Wie wird sich das einfach anfühlen? Genaueres weiss ich nächste Woche. Das macht mir schon ein bisschen Angst. Bin ich froh, dass Gott mitten in diesen Momenten da ist. Was würde ich ohne ihn machen?

Der gestrige Lobpreisabend in geschriebener Form war wohltuend. Macht mir das Wissen, dass Gott alles von mir weiss Angst oder bringt es mir Hoffnung? Ich setze auf die Hoffnung. Bin dankbar, dass Er weiss, wie es mir in allem Leichten und Schweren geht. Bin dankbar, dass Er all meine Gedanken und Gefühle kennt. Bin dankbar, dass ich Ihm nichts vormachen, vorspielen muss. Er weiss es sowieso! Ich darf echt und verletzbar sein. Ich darf Tränen zulassen. Ich darf voller Freude jubeln. Ich darf Ich sein. So wie Gott mich geschaffen hat. Ich darf als Original und nicht als Kopie leben.

18. Juni 2016: Wieviel?

Schon wieder gehört ein Tag der Vergangenheit an. An diesem Morgen erwachte ich mit einem nicht zu Ende geträumten Traum. Bin aber froh, dass ich ihn nicht zu Ende träumen musste. Sonst hätte ich mit einem Helikopter davon fliegen müssen! Das hätte dann in einen "Alptraum" kippen können. Flugzeuge und Helikopter sind meine allerletzten Fortbewegungsmittel, die ich mir aussuchen würde. Da gehe ich noch lieber zu Fuss! Gut, heute gefiel es mir auf der Heimfahrt von der Ostschweiz im Auto auch nicht mehr. Nicht wegen dem Fahrstil meines Mannes, da vertraue ich ihm völlig. Eher die ziemlich dunklen Wolken am Horizont und die eingeschränkte Sicht beim Platzregen machten mir zu schaffen. War nicht schlimm, aber ich fühlte mich auf der stark befahrenen Autobahn nicht wohl. Andererseits faszinierten mich die Wolkenspiele am Himmel. Von schwarzen über weisse Wolken bis blauer Himmel und Sonnenschein war alles mit dabei.

Das muss ich auch noch kurz erzählen: Auf der besagten Heimfahrt wollte ich noch an einer Autobahnraststätte, die ich mir schon ausgesucht hatte, ein paar Zucchetti für das morgige Mittagessen kaufen. Statt die Einfahrt zur Autobahnraststätte erwischten wir eine Autobahnausfahrt. Geradeaus fahren, um den Kreisel wieder zurück und schon lächelte uns ein Coop-Shop bei einer Tankstelle entgegen. Mit Teigwaren und Zucchettis ausgerüstet stand ich mit zwei von unseren drei Kindern an der Kasse und die Verkäuferin fragte mich, ob ich mit den Superpunkten bezahlen möchte? Klar, wenn ich kann. Ich habe das nicht so im Griff, wie viele Punkte ich schon gesammelt habe. Nach dem Bezahlen mit den Punkten schaute ich Mal auf dem Kassenzettel nach und staunte nicht schlecht: 11000 Punkte waren noch übrig! Das sind umgerechnet 110 Franken. Also nichts wie los ans Einkaufen... Voller Begeisterung füllten wir unseren Einkaufskorb, bezahlten noch einmal mit den Punkten und schwer beladen verliessen wir mit voller Freude den Shop. Gott wusste ganz genau, warum wir die Autobahnausfahrt nehmen sollten... Er ist unser Versorger.

Ziemlich müde versuche ich noch das EM - Fussballspiel zwischen Österreich und Portugal zu verfolgen. Aber wohl nicht mehr bis zum Schluss :-{ Denn meine Augen schliessen sich schon fast von selbst und mein Körper ist ziemlich erschöpft. Morgen versuche ich nach 6.00 Uhr noch einmal drei Stunden zu schlafen. Finde es noch schwierig zu merken, wann etwas zu viel für meinen Körper ist. Wenn ich vor Müdigkeit fast umfalle, ist es eigentlich schon zu spät. Wie viel liegt an einem Tag drin? Wieviel ist zu viel? Wieviel ist normale Müdigkeit?

19. Juni 2016: Bei Gott allein bin ich geborgen

Ich glaube der Blogbeitrag wird zu meinem Abendritual. Mit Lobpreismusik im Hintergrund lässt sich sehr gut den Tag noch einmal Revue passieren. Mir hilft es vor dem Schlafen (heute wird zwar mein Schlaf wegen der EM - Fussball-Partie Schweiz gegen Frankreich etwas nach hinten verschoben) ruhig zu werden und inne zu halten, das Erlebte in Buchstaben auszudrücken und mit Gott zusammen zu verarbeiten. Da wir in unserer Church heute keinen Gottesdienst hatten, besuchten wir in meiner ersten Gemeinde, in welcher ich meine ersten Schritte im Glauben wagte, den Gottesdienst. Ich freue mich immer wieder "alte" bekannte Gesichter zu sehen und mit dem einen und anderen einen Schwatz zu halten. Ein Satz hat mich während der Predigt sehr angesprochen: In herausfordernden Zeiten ist das Gebet sehr wichtig und wertvoll. Meine Ergänzung lautete dazu: Aber nicht nur dann ist das Gebet wichtig und wertvoll! Da passt ja mein Vers aus Psalm 119,114 von heute Morgen aus meiner "stillen" Zeit dazu: Bei dir allein bin ich geborgen, bei dir finde ich Schutz. Deine Zusage ist meine einzige Hoffnung. Amen.

Nach dem Mittagessen hatte ich eine Schlafkrise und verkroch mich im Bett. Aber an Schlafen war nicht zu denken: Mein Mann schepperte in der Küche und die Kinder stiefelten in der ganzen Wohnung lauthals rum! Den Rest des Nachmittags verbrachte ich mit WhatsApp und Emails schreiben. Ich weiss, ich kann es nicht lassen, Nichts zu schreiben. Jetzt sollte ich noch einmal das Zehnfinger-Tastatur-Schreiben lernen... Bis jetzt habe ich mein eigenes System zum Tastatur-Schreiben entwickelt. Funktioniert aber ganz gut :-)

Ab Morgen bis am Mittwoch ist es soweit: Ich darf keine Néo-Mercazole (hemmt die Schilddrüsenaktivität) schlucken. Macht mir schon ein wenig Angst wie mein Körper darauf reagiert... Mein Gebet ist es, dass er sich "normal" verhält!

20. Juni 2016: Fürchte dich nicht

Fürchte dich nicht, ich stehe dir bei! Hab keine Angst, ich bin dein Gott! Ich mache dich stark, ich helfe dir, ich schütze dich mit meiner siegreichen Hand! Jesaja 41,10 Mit dieser Zusage von Gott stand ich heute Morgen auf. Ich muss mich nicht fürchten, wie mein Körper ohne Néo-Mercazole heute, morgen und übermorgen reagiert! Er steht mir bei, egal was passiert! Er macht mich stark, wenn ich mich schwach fühle! Sogar seine siegreiche beschützende Hand ist um mich herum! Was für Privilegien :-) Ich nahm mir heute bewusst nicht viel vor und nahm es gemütlich. Am Nachmittag gönnte ich mir sogar ein Schaumbad. Zwischendurch las ich ein paar Seiten, legte mich wieder hin und genoss den Tag. Die grösste Hürde vom Tag war zwar, als ich mir all die Arztrechnungen von unserer Familie anschaute... Dafür muss mein Mann einen Monat lang arbeiten gehen! Von den anderen Rechnungen reden wir gar nicht. Ich rede sowieso nicht gerne über Finanzen. Natürlich machte ich mir auch Gedanken darüber,

was mich morgen alles bei der Voruntersuchung erwartet. Den ganzen Tag hatte ich leichtes Bauchdrehen und war ziemlich müde. So schlimm war es aber heute ohne die Tabletten nicht.

Heute Abend begegnete ich noch an einem Anlass vielen bekannten Gesichtern und viele wollten wissen wie es mir so geht. Denjenigen, die ziemlich den ganzen Krankheitsweg wissen, denen erzähle ich es gerne, wie es mir wirklich geht. Aber all den anderen nicht so gerne, da das Verständnis für die Krankheit nicht so da ist und dies merke ich auch. Darum verschwand ich am Schluss auch schnell. Auf all die Fragen hatte ich keine Lust mehr.

21. Juni 2016: Richter 6,16

Heute war es also soweit, die erste Voruntersuchung in Bern war dran. Aber alles der Reihe nach: Welche Hosen ziehe ich am Besten an? Die Blauen oder die Schwarzen? Ich entscheide mich für die Schwarzen, welche ich schon am Sonntag getragen habe. Noch schnell die Hosensäcke leeren. Was kommt denn da zum Vorschein? Fünf Mal derselbe Bibelvers, welche mir die Jüngste am Sonntag nach der Sonntagschule in die Hände drückte. Ohne zu lesen um welchen Bibelvers es sich handelt, steckte ich sie in meine Hosentasche und vergass sie zu Hause raus zu nehmen. In grossen Druckbuchstaben sprang mir der Vers aus Richter 6,16 entgegen! DER HERR SAGT: ICH WERDE MIT DIR SEIN. Amen. Mit dieser Zusage machte ich mich mit jemandem auf den Weg nach Bern. Noch vor 13.00 Uhr sass ich ruhig im Wartezimmer bis ich dran kam. Kaum hatte ich mein Buch aus dem Rucksack genommen, kam ich auch schon dran. Zuerst musste ich Blut geben. Lief wie am Schnürchen. Danach musste ich gleich vier Tabletten mit Radiojod schlucken. Jetzt hiess es zwei Stunden "nur" Wasser trinken und warten. In der Halbzeit durfte ich zum Arzt, welcher dann auch während der Radiojodtherapie für mich zuständig ist. Ein weiterer Arzt, welcher ich vom ersten Mal "kenne" gesellte sich auch noch dazu. Einige Fragen wurden noch gestellt und ich bin immer noch nicht schwanger und habe es auch immer noch nicht im Sinn. Habe immer noch einen Mann und drei Kinder! Die Fussball - EM wird immer noch laufen wenn ich da im Spital bin und die Schweizer werden in dieser Zeit wohl nicht mehr im Spiel sein! Das hätten wir auch geklärt! So konnten wir uns wieder ernsthafterem widmen. Als es darum ging, ob ich Néo-Mercazole auch mitnehmen muss, meinte der eine Arzt: "Für den Notfall schon" und der andere Arzt fing an zu lachen und meinte: "Bei meinen schon so hohen Werten, sei ein Notfall schon fast nicht mehr möglich, da ich schon fast ein Notfall sei!" Und so lustig ging es weiter... Ein Ultraschall der Schilddrüse wurde noch einmal gemacht und sie staunten über die Grösse meiner Schilddrüse. Der Arzt, welcher schon das letzte Mal dabei war, konnte sich noch gut an meine letzten Ultraschallbilder erinnern... Nach einer weiteren Wartepause wurde noch gemessen, wieviel Radiojod meine Schilddrüse nach den zwei Stunden aufgenommen hat. Sie hat Gott sei Dank viel aufgenommen. Morgen messen sie es dann noch einmal. Es war ein anstrengender Tag mit vielen Eindrücken und guten Gesprächen während der Autofahrt. Ich bin ziemlich müde und werde heute sehr früh ins Bett gehen. Geschwitzt habe ich heute auch wieder vermehrt und die Müdigkeit ist auch wieder grösser geworden. Am Donnerstag darf ich erst wieder die Néo-Mercazole nehmen :-(Danke Herr, dass du bei mir bist!

22. Juni 2016: Bern zum Zweiten

Nach sechs Stunden Schlaf erwachte ich um 5.30 Uhr und konnte, obwohl ich wollte, nicht mehr einschlafen. So verbrach ich einfach die Zeit bis zum Aufstehen im Bett mit Gott. Um 9.00 Uhr begann das Abenteuer Voruntersuchung in Bern von Neuem. Heute hingegen lachte uns, meinem Chauffeur und mir, die Sonne entgegen und es wurde nah dies nah wärmer. Ich staunte einmal mehr über Gottes Schöpfung und konnte Ihm einfach nur Danke sagen. Für mich war Gott sowieso real mit uns im Auto. Was für ein Vorrecht, dass man sogar im Auto miteinander beten kann. Ich habe es genossen... Beten kann so spannend sein :) Pünktlich kam ich auf der Nuklearmedizin dran und schon war die Radiojodaufnahme in meiner Schilddrüse nach 24 Stunden gemessen. Das Resultat entsprach dem, so wie es sein sollte. Jetzt könne "meine Hammerdosis" genau berechnet und bestellt werden. Da meine Schilddrüse relativ gross ist, die Werte konstant sehr hoch sind, bekomme ich dann eine dementsprechend hohe Dosis Radiojod. Naja, ich wurde schon zu einem speziellen Fall degradiert! Das Ganze tönt immer so harmlos, aber ein wenig Angst habe ich vor dieser Therapie schon. Das bewusste Ziel der Radiojodtherapie wäre bei mir, dass die Schilddrüse von der Überfunktion in die Unterfunktion kippen würde. Die Ärzte wissen aber nicht, ob die eine Radiojodtherapie dazu reichen wird. Oder ob es dann noch eine Zweite brauchen wird... Das gibt ja Hoffnung! Gott wird es schon richten :) Mein Chauffeur hatte kaum Zeit auf mich zu warten. Und schon war ich wieder da! Mit ermutigenden Gesprächen kurvten wir durch die wunderschöne grüne Landschaft wieder nach Hause zurück. Es ist ein Vorrecht mit Menschen ein kleines Stück Weg, gut der Weg nach Bern und zurück ist doch nicht so kurz, zu gehen, die mit Gott unterwegs sind. Ich habe auf jeden Fall die Gespräche von gestern und heute mit beiden genossen. Freue mich schon, wenn ich morgen wieder die Néo-Mercazole schlucken darf :) Langsam merke ich, dass sie mir fehlen: Meine Hände zittern wieder leicht, schwitze wieder vermehrt, bin wieder unruhig und ziemlich müde! Geht alles wieder vorbei, aber wenn man da mittendrin steckt ist es nicht so angenehm. Wie muss sich wohl ein Entzug von Drogen, Alkohol, ... anfühlen?

23. Juni 2016: Die Seele schmerzt

Gestern Abend sass unsere jüngste Tochter auf meinem Schoss und wir zwei hatten ein langes Gespräch miteinander. Seit ein paar Tagen suchte sie immer wieder einen Grund krank zu sein, um zu meiner Hausärztin gehen zu können. Ihre Hoffnung war, dass sie dann auch ins Spital muss und so mit mir ins Spital kommen könnte! Dies tut in meinem Herzen weh :(Ich will ja auch nicht so lange von meiner Familie weg sein. Aber es ist jetzt so! Gott wird uns alle durch diese Tage tragen und ich wünsche mir, dass wir alle Gottes Nähe erfahren dürfen. Ich sehe diese Zeit der Radiojodtherapie nicht als einen Spaziergang, sondern mehr als eine Bergwanderung mit Gott zusammen an. Ob auf diesem Weg Sand, Steine, Erde, Wasser,... ist, werde ich wissen, wenn ich am Ziel bin. Heute nahm ich es einmal mehr gemütlich. Am Morgen schlief ich noch eine Runde, nach dem die Kinder in die Schule gingen. Die Türklingel riss mich um 10.00 Uhr aus dem Schlaf! Aber ich war durch den Tag immer noch müde, obwohl ich so viel geschlafen habe. Sind wohl noch die Nachwehen von den letzten Tagen. Einen Schwatz mit meiner Freundin am Nachmittag tat mir gut. Abwechslung versüsst das Leben :)

24. Juni 2016: Wetterbericht

Im gestrigen Abendwetterbericht wurde freudig erklärt, dass der Himmel über der Schweiz wolkenlos sei. Aber was beobachte ich schon eine Weile vom Balkon aus? Blitz und Donner, Regen und Hagelkörner, dunkle und helle Wolken, Wind und Nebel. Vor meinen Augen ist sich eine Gewitterzelle am Austoben! Bis am 22. April 2016 sah ich auch keine Wolken der Krankheit von weitem. Aus heiterem Himmel, wie das gestrige Gewitter, war ich plötzlich krank! Die Diagnose traf mich wie ein Blitz mitten in meinen verplanten Alltag. Wenn ich auf den Weg der letzten zwei Monate zurückschauen, sah ich immer wieder die Sonne durch die Wolkendecke scheinen. Dass meine Hausärztin sofort auf eine Schilddrüsenkrankheit kam, dass ein Arzt sich bei mir bedankte, weil ich im Spital war und er viel Neues über Morbus Basedow lernen durfte, dass ich es mit meiner Bettnachbarin lustig hatte, dass ich keine Nebenwirkungen der Medikamente bekam, dass sich unsere Kinder bei einer befreundeten Familie wohl fühlen, dass eine Freundin immer wieder für uns als Familie kocht, dass ich das Leben gelassener und ruhiger nehmen kann, dass ich Gott auf eine neue Art und Weise wahrnehme, dass Er mich immer wieder überrascht, dass sich meine Beziehung zu Ihm vertieft hat, dass Freunde im Gebet für uns eintreten, das und noch vieles mehr sind solche Sonnenstrahlen. In diesen zwei Monaten gab es nicht nur Sonnenstrahlen, sondern auch Wolkenbrüche: Durch das viele Blut nehmen sah ich schon fast wie ein Junkie aus, mein Arm tat mir vom ewigen Blutdruckmessen weh, die Nächte im Spital waren eher mühsam, die überlauten Verwandten meiner Bettnachbarin und das waren nicht wenige, die vielen Arztbesuche, all die Wie-geht-es-dir-?-Fragen und die drei Tage ohne Néo-Mercazole. Ich bin auf die nächsten zwei Monate gespannt, aber auch etwas angespannt. Was für eine Wetterlage erwartet mich Tag für Tag? Wo sehe ich die Sonnenstrahlen und wo gibt es wieder Wolkenbrüche? Aber in all den Wetterlagen weiss ich von Herzen, dass es Gott mit mir und meiner Familie gut meint und Er für uns alle sorgt :-)

25. Juni 2016: Müdigkeit

Müde bin ich, geh zur Ruh, schliesse beide Äuglein zu. Vater, lass die Augen dein über meinem Bette sein. Amen. Müde und kraftlos habe ich mich heute gefühlt. Heute ist der erste Ferientag der Kinder und meinem Mann. Er hat eine Woche Ferien und die Kinder sage und schreibe sieben Wochen Sommerferien! Aber die werden nur so an uns vorbei ziehen und schon wird ein neues Schuljahr beginnen. Aber jetzt geniessen wir erst einmal die Ferien. War das herrlich heute Morgen erst um 9.00 Uhr zu erwachen. Mein Ziel (im Moment setze ich mir "nur" kleine Ziele) von heute war: Den Balkon aufzuräumen, damit ich die Wäsche aufhängen kann. Die letzte Wäsche ist sich noch in der Waschmaschine am Drehen. Beim Aufhängen merkte ich, dass die Kraft in meinen Armen verschwunden ist. Seit dem ich drei Tage ohne Néo-Mercazole einzunehmen durch den Tag musste, sind meine Beine auch wieder kraftloser geworden. Naja, Hr. Basedow macht auch vor den Muskeln nicht halt. Aber dies ändert sich hoffentlich bald. Eigentlich würden wir jetzt in Italien sein, die Wärme am Geniessen und im Meer am Baden... Jetzt spielten die Kinder halt mit unseren Nachbarskindern den ganzen Tag draussen und genossen es auch. Währenddessen schrieb ich mir Mal auf, was ich so alles mit ins Spital nehmen muss und will. Damit ich dann Ende nächste Woche alles in meinen grossen Koffer gequetscht kriege und ja nichts vergesse! Bern ist gerade nicht

um die Ecke. Ein Kissen (ich kann weiche Kissen nicht ausstehen), ein Stofftierchen (muss mit!), Fotos von meinen Liebsten, ganz viele Bücher (reichen die oder habe ich sie schon in einigen Tagen gelesen?), ein Stiekkissen und zwei Tiere zum Häckeln sind schon im Koffer verstaut. Quetschen werde ich kurz vor der Abfahrt, damit die Zahnbürste auch noch Platz hat!

26. Jun. 2016: Warum?

Schon den zweiten Tag hintereinander konnte ich bis 9.00 Uhr schlafen. Hat mir aber nichts gegen die gähnende Müdigkeit am Nachmittag genützt! Wann hört das endlich auf? Wann kommt die alte Kraft zurück? Während einem weiteren Gottesdienst in meiner "ersten" Gemeinde verliess mich eher meine "Stehkraft", was mich aber nicht hinderte Gott von ganzem Herzen anzubeten: 10 000 Gründe gibt Er mir dafür! Er liebt so sehr und vergibt geduldig, schenkt Gnade, Trost und Barmherzigkeit. Was auch vor mir liegt, und was auch immer geschehen mag - lass mich noch singen wenn der Abend kommt! (Outbreakband)

In all den Herausforderungen mit der Krankheit frage ich mich immer wieder: Wie gehe ich mit dem Wissen, dass Gott mich jetzt auf gleich heilen könnte und der Tatsache, dass ich immer noch krank bin, um? Ich denke nicht, dass mein Glaube und mein Vertrauen zu Ihm etwas damit zu tun haben, dass Er mich nicht sofort heilt. Immer wieder erinnere ich mich an das Bild, welches Er mir im Spital geschenkt hat: Jesus ist mit mir Hand in Hand auf diesem Weg der Krankheit und lässt mich nicht los. Krankheit kommt nicht von Gott, aber ich lebe noch in der gefallen Welt und da gibt es noch Krankheit und Leid. Es wird wohl ein Geheimnis bleiben, warum Gott Menschen sofort heilt und andere nicht. Warum auch immer? Ich bin einfach dankbar, dass ich da mit Jesus unterwegs sein darf und auch nicht alles verstehen muss. Ein Wunder erwarte ich nach wie vor von Ihm. Für mich wäre es auch ein Wunder, wenn am Ende der Radiojodtherapie meine Schilddrüse von der Überfunktion in die Unterfunktion gekippt wäre.

27. Juni 2016: Unausstehlich :-)

Was gibt es nicht schöneres als am Abend auf dem Balkon zu sitzen und den Tag so ausklingen zu lassen? Was gibt es nicht mühsameres als den ganzen Tag müde und antriebslos zu sein? Ehrlich gesagt, ich bin dann froh, wenn die Radiojodtherapie anfängt :-). Im Moment vertrage ich gerade nicht viel und bin zwischendurch für meine Familie unausstehlich :-). Alle wollen etwas von mir und ich mag nicht! Nach einem turbulenten Nachmittag setzte ich mich noch kurz auf mein Velo und drehte eine Runde in der Natur. Ich musste meinen Kopf von all dem was heute war, noch lüften... So, die Kinder sind im Bett (oder doch nicht?) und ich werde jetzt noch die Zeit mit meinem Mann ALLEINE geniessen :-)

29. Juni 2016: Lärm

Pünktlich bin ich gerade vor einer Stunde aus dem Bett gekrochen. Tabletten schlucken, Tee in meiner Flasche ziehen lassen, Wasser, Meersalz, Mehl und Hefe ab in den Brotbackautomat, damit wir in zwei Stunden ein duftendes Brot zum Frühstück geniessen können. Wieder im Bett höre ich einen Transporter auf dem Land herumfahren. Ich schliesse das Fenster, damit der Lärm draussen bleibt und ich weiter schlafen kann. Nützt nichts, seit 6.10 Uhr höre ich den lärmenden Transporter draussen surren und von schlafen kann keine Rede mehr sein. Gilt die Nachtruhe von 22.00 - 7.00 Uhr nicht auch

für Bauern? Ich finde den Ton des Transporters, dem ich schon fast eine Stunde zuhören muss, mühsam :-). Was wird der heutige Tag wohl bringen? Im Moment fühle ich mich etwas besser und freue mich auf den Familienausflug nach Thun. Ich gehe noch zum Coiffeur, damit ich dann im Spital auch ja nicht zu viel Wasser (das verbrauchte Wasser wird in einem Abklingbecken gesammelt) verbrauche ;-). Nein, ich wäre auch sonst meine Haare etwas schneiden lassen gegangen. Zwei Brockenstuben werden wir unsicher machen, mit meinem Handy zum Arzt gehen, je nach Wetter in den See baden gehen,...Ich kann mein Handy kaum mehr aufladen, weil irgendetwas beim Kabeleinstecken verbogen ist. Ohne mein Handy gehe ich aber nicht ins Spital!!! Auf der Station wo ich sein werde, sind Handys erlaubt, weil es dort keine Geräte hat, die durchs Handy gestört werden. Es ist wieder still draussen :-). Vielleicht versuche ich noch ein-zwei Stunden zu schlafen...

30. Juni 2016: P... wird gewinnen

Noch "eis", "zwöi", "drü" Tage mehr oder weniger zu Hause und dann geht es ab nach Norden ;-). Mein "Ferienkoffer" ist schon fast halb gepackt und wartet auf seine Abreise...

Gestern genossen wir als Familie die Zeit und das sonnige Wetter in Thun. Ruck-zuck wurde meine Haarlänge etwas kürzer und was kommt da zum Vorschein? Noch mehr weisse Haare! Der Verkäufer in der einen Brockenstube (für die Zweite reichte die Zeit und das Geld nicht mehr!) amüsierte sich bestimmt über uns :-). Was für Schätze findet man dort immer wieder. Schwer beladen trotteten wir wieder Richtung Auto und beim Einladen bemerkten wir, dass wir gar nicht an die Parkgebühren gedacht haben! Gott sei Dank lächelte uns kein Einzahlungsschein entgegen. Jetzt hiess es noch schnell mit meinem Handy zum "Arzt", bevor die zwei Jüngeren ins Lauftraining mussten. Bei dieser Wärme war es wirklich eher ein Muss! Mit einem neuen Kabel zum Aufladen in der Tasche machten wir uns schnell auf den Weg Richtung Training und ich kann mein Handy wieder problemlos und sogar auch im Auto aufladen :-). Die Älteste (ich habe ihre Turnschuhe vergessen einzupacken und sie hatte ihr Training die letzten zwei Tage schon beim Heuen...) und ich versuchten im kalten Thunersee ein paar Züge zu schwimmen. Etwa nach einer halben Stunde im See, tauchten wir ab und zwei bis drei Schwimmzüge lagen sogar drin! Torkelnd erreichten wir den "Strand" wieder und wollten uns in der Sonne trocknen. Die war aber inzwischen weg. Nach dem Training landete der Rest der Familie auch noch im Wasser. Der Hunger war aber grösser als der Wille im kalten Wasser zu plantschen. Um 19.30 Uhr machten wir uns wieder auf den Heimweg. Je näher wir unserem zu Hause kamen, je dunkler wurden die Wolken. Heute war es eher ein gemütlicher Tag. Ich versuchte möglichst viel zu erledigen was noch vor meinem Spitalaufenthalt gemacht und organisiert werden muss. Was die Müdigkeit angeht, ist es etwas besser geworden. Aber fit bin ich trotzdem nicht. War froh, dass mein Mann die Treppen runter und rauf gesaust ist um die schmutzige Wäsche zur Waschmaschine zu bringen und die sauber gewaschene Wäsche wieder mir zum Aufhängen brachte. Das mache ich lieber noch selber... Um 21.00 Uhr schaue ich mir noch den Viertelfinal zwischen Polen und Portugal an. P... wird bestimmt gewinnen und für die bin ich auch :-).

1. Juli 2016: Sonne, Wiese und Freibad

Guten Morgen Sonne und Wärme :-). Ein Tag um mit den Kindern ins Freibad zu gehen. Gesagt - getan. Rund 6 Stunden genossen sie das nasse lauwarme Wasser, aber für Schwimmhäute reichte es noch nicht! Vom Sprungbrett zur Wasserrutsche speeteten sie hin und her. Für das Mittagessen hatten sie kaum Zeit. Mein Mann und ich nahmen es etwas ruhiger. Er genoss es die Leute zu beobachten und ich las unter dem Sonnenschirm endlich wieder einmal etwas länger :-). Zwei Mal wagte ich mich aber auch ins nasse Wasser und auf die Rutschbahn. Kam mir zwar etwas alt vor, aber es macht nach wie vor Spass. Mein rechter Fuss erwischte im Gras noch eine Biene und ich schrie etwas laut um mich herum... Mein Mann musste mir den Stachel heraus ziehen und mein Fuss surrt jetzt von alleine weiter. Unsere Wasserratten brachten wir kaum aus dem Wasser, aber einmal muss man wieder nach Hause. Auf dem Telefondisplay sah ich, dass meine Zimmerkollegin von der Seelsorgewerkstatt angerufen hat. Aus lauter Freude rief ich sie gleich an. Wir hatten uns Einiges zu erzählen. Bei mir war da etwas Wehmut mit dabei...

Noch zwei Tage mit meinen Liebsten und dann steht der Abschied für die nächsten 10-12 Tage vor der Tür. Für mich und meine Familie war die "Vorbereitungszeit" auf die Radiojodtherapie wichtig und wertvoll. Jeder setzte sich auf seine Art und Weise damit auseinander. Ich bin froh, dass ich mit jedem einzeln darüber sprechen und beten konnte. Mein Koffer und Rucksack füllen sich auch immer mehr und ich bin jetzt auch bereit für dieses Abenteuer. Auch wenn ich meine Familie vermissen werde und sie mich. Aber Gott wird sich um jeden von uns ganz persönlich kümmern.

2. Juli 2016: Endspurt

Gott weiss genau welche Ermutigung ich wann gebrauchen kann. Ich habe wieder nach einer Bibellese - Zeitschrift in der Bibel angefangen Schätze auszugraben: Petrus erwartete von Jesus, dass Er sein Volk befreien und als König herrschen wird - und nicht leiden und sterben wird! Jesus aber wies Petrus scharf zurecht: "Du betrachtetest alles nur aus menschlicher Sicht und nicht aus der Sicht Gottes (Markus 8,33)." Auch mein steiniger Weg ist ein Weg, der wohl gegangen werden muss. Selbst dann, wenn es meiner menschlicher Logik widerspricht. Und Jesus selbst geht mir auf diesem Weg voran. Was für eine Hoffnung :-)

Gott gibt mir die Gelassenheit, Dinge hinzunehmen, die ich nicht ändern kann, den Mut, Dinge zu ändern, die ich ändern kann, und die Weisheit, das eine vom anderen zu unterscheiden. Diesen Satz habe ich schon oft gehört und mitgesungen, aber ohne über die Bedeutung nachzudenken. Als ich den Satz heute Morgen früh las, wurde er auf einmal lebendig. Ich persönlich kann es nicht ändern, dass bei mir Morbus Basedow mit all den Folgen diagnostiziert wurde. Gott kann wie auch immer Heilung schenken. Aber ich kann es aus mir heraus nicht tun. Ich kann um Heilung beten und mich Ihm völlig ausliefern und vertrauen. Was mein Lebensstil, Alltag, Dienst, ... angeht, kann ich Dinge ändern und bin froh, dass Gott mir die Weisheit dazu schenkt. Auch wenn ich mich immer wieder ertappe, an zu vielen Baustellen helfen zu wollen.

Unser letzter Familienausflug vor der Radiojodtherapie führte uns ins schöne Emmental nach Trubschachen zur Kamblyfabrik. Mein Gützi - Kontigent für das nächste halbe Jahr habe ich heute völlig ausgeschöpft. So schnell esse ich freiwillig kein Gützi mehr... Beim Jakob - Markt, ein paar Dörfer weiter, kaufte ich mir noch Wolle, damit ich noch zwei Schals im Spital stricken kann. Mehr als Schals zu stricken übersteigt meine

Kompetenz. Ich habe schon in der Schule immer die dickste Wolle ausgesucht, damit ich ja nicht zu viel stricken musste! Vier Sorten Tee von der Marke Teekanne mussten auch noch eingekauft werden. Für mich sind das die besten Tees :-). Jetzt kann ich Tee trinken bis mir die Ohren wackeln.

Jetzt heisst es noch die Kleider einzupacken und dies stinkt mir am meisten. Bis Morgen kann ich dies noch verschieben, aber dann muss es sein. Welche Kleider nehme ich mit und kann ich nach dem Spitalaufenthalt entbehren? Die müssen dann in einem Plastiksack im Keller vier Wochen warten, bis sie wieder gewaschen und angezogen werden können. Ich habe mich schon gefragt, ob ich überhaupt so viel Unterwäsche habe? Sonst macht der/die/das (?) Migros ja jeden Tag Neue!

Morgen fängt wieder der "Entzug" von den Tabletten Néo - Mercazole an. Wird hoffentlich weniger mühsam als das letzte Mal... Sonst habe ich ja dann Zeit so viel ich will und kann im Spital zu schlafen. Bin sowieso gespannt, wie und ob ich etwas von der Radiojodtherapie körperlich und psychisch merken werde.

3. Juli 2016: Ein gesegneter Tag

Ein gesegneter Tag neigt sich langsam dem Ende zu. Ich genoss am Morgen den Freikirchengottesdienst mit den bunt gemischten Gemeinden aus der Gegend. Während dem Lobpreis berührten mich diese Worte tief im Herzen: "Es gibt keinen Ort wo ich lieber wär, als in deinem liebenden Arm, in deinem liebenden Arm. Halte mich fest ganz nah bei dir, in deinem Arm." Mit dieser Zuversicht werde ich mich morgen früh mit meiner Freundin zusammen auf den Weg nach Bern machen. Ja, morgen ist es soweit und die Radiojodtherapie wird beginnen... Jetzt aber noch zurück zu heute. Es hat mich gefreut, dass ich nach dem Gottesdienst noch mit ein paar lieben Leuten, welche mit mir schon von Anfang an auf diesem Weg sind, noch einen Moment schwatzen konnte. Dies bedeutete mir viel. Den Nachmittag verbrachten wir als Familie mit befreundeten Familien mit bräteln und essen. Die zwölf Kinder tobten sich im Wald und im Bach aus und wir Erwachsene schwelgten unter anderem in vergangenen Jungscharlagern. Mit letzten Kräften radelten die Kinder am späten Nachmittag bergwärts nach Hause und fanden es gemein, dass Mueti und Papa einen Motor zur Hilfe haben.

So, mein Koffer ist bis zum letzten Platz gepackt, der Rucksack mit Äpfel, Täfeli/Kaugummi (stand auf der Packliste!) und Teebeutelchen vollgestopft und die Handtasche steht auch startklar bereit. Bin wirklich froh, dass es jetzt endlich losgeht, auch wenn ich lieber zu Hause bleiben würde und mit den Kindern das Sommerwetter geniessen möchte. Ich werde jetzt das Beste aus der Situation machen und die Auszeit mit Gott zusammen geniessen :-). Wer weiss, was Er in den nächsten Tage noch im Schilde führt ;-)

4. Juli 2016: Tag 1

Meine Blase weckte mich um 4.00 Uhr und danach konnte ich nicht mehr einschlafen. Bis um 5.45 Uhr wälzte ich mich im Bett hin und her und machte mir ein paar Gedanken zum heutigen Tag. Nach einem ausgiebigen Frühstück (man weiss ja nie, wann es wieder was zu essen gibt) nahm ich einmal mehr den Weg mit meiner Freundin nach Bern unter die Räder. Pünktlich um 9.00 Uhr habe ich im Inselspital eingeecheckt. Ein helles sonnendurchflutetes Zweierzimmer strahlte mir entgegen und durch die Fenster erblickte ich sogar die Berge :-). Kaum war ich im Zimmer gelandet durfte ich auch schon Blut geben, Blutdruck, Puls und Temperatur messen. Der Puls und die Temperatur

waren etwas niedrig (Mal etwas anderes). Bis und mit Sonntag musste ich meine Menüs zusammenstellen und einen Fragebogen über dies und das ausfüllen. Mit der Zeit trudelte meine Bettnachbarin ein und ihr blühte noch dasselbe wie mir. Gegen 12.30 Uhr schluckten wir unsere Radiojodkapsel und jetzt strahlen wir von innen nach aussen! Das Mittagessen assen wir um 15.00 Uhr gemütlich zusammen am Tisch. Uns beiden tat es gut, einmal mit jemanden auszutauschen, der etwa das Gleiche schon durchgemacht hat und einem sehr gut versteht. Sie war den Tränen sehr nahe und ich habe ihr gesagt, dass sie ruhig weinen darf. Es ist erst 16.30 Uhr und wir liegen beide müde in unseren Betten und werden jetzt je noch bis zum Nachtessen einen Film schauen. Nebst Kopfschmerzen, welche von der ganzen Anspannung kommen, geht es mir soweit gut. Müde bin ich nach wie vor... und von den Strahlen merke ich nichts. Von allen Seiten umgibst du mich und hältst deine Hand über mir (Psalm 139,5). Das darf ich auch ganz stark erleben und bin einmal mehr dankbar dafür.

5. Juli 2016: Tag 2

Während gestern Abend die Sonne hinter den entfernten Bergen unterging und es draussen langsam dunkler wurde, sprachen meine Zimmerkollegin und ich über unsere Krankheiten, ... Ist einfach hier ein Thema. Es tat uns beiden gut, einmal so ausführlich darüber zu sprechen und einander so gut zu verstehen. Ihr Chef, aber auch ihre Kolleginnen haben kein Verständnis, dass sie immer so müde ist... Als wir im Dunkeln sassen, beschlossen wir, dass es jetzt Zeit für ins Bett sei. Nicht dass jemand denkt, dass es in Bern keine Lampen gibt! Wir waren einfach so tief im Gespräch und hatten keine Gedanken dafür, einen Lichtschalter zu drücken, geschweige denn einen zu suchen! Kaum war mein Kopf auf dem Kopfkissen, so schlief ich auch gleich ein.

Mit einem herrlichen Frühstück startete ich den Tag 2, welcher auch schon bald der Vergangenheit angehört. Den Morgen verbrachte ich mit Bibellesen, in Gedanken beten, Schal stricken, lesen und nichts tun. Gerade noch vor dem Mittagessen wurden unsere Schilddrüsen gemessen. Bei uns beiden ist der Start der Radiojodtherapie gut gelungen. Bei mir könnte es sein, dass ich nochmals in eine hohe Überfunktion komme, weil in den nächsten Tagen alle Schilddrüsenhormone im Umlauf sein werden. Ist aber normal. Meine Augen muss ich/die Ärzte im Falle einer Endokrinen Orbitopathie, im Auge behalten. Da müsste ich sonst Cortison nehmen. Nach dem feinen Tomaten-Mozzarella-Salat musste ich Zitronensaft, wegen den Speicheldrüsen kurz in den Mund nehmen und wieder ausspucken. Dies muss ich noch ein paar Mal machen. In den nächsten Tagen muss ich ganz offiziell Kaugummi kauen und saure Gummisachen und Bonbons schlecken. Alles auch wegen den Speicheldrüsen. Am Nachmittag schaute ich mir einen Film über Anne Frank an, fuhr eine halbe Stunde auf dem Velo-Home-Trainer - das tat gut :) Eine kurze Dusche lag auch noch drin. Das Nachtessen ist inzwischen auch schon im Magen und jetzt liege ich faul und müde im Bett rum und höre Lobpreismusik über die Kopfhörer. Mal schauen was der Abend noch bringt...

6. Juli 2016: Tag 3

Gestern las ich die Geschichte in der Bibel, wo Petrus auf dem Wasser Jesus entgegen geht... (Matthäus 14,22-33). Diese wahre Geschichte lief mir auch noch heute nach. Blicke ich auf das warme Sommerwetter, welches ich im kühlen Spital nicht geniessen kann, blicke ich auf das, was ich im Moment nicht haben kann oder blicke ich auf Jesus und auf das was Er mir vor die Füsse schenkt? Ich entschied mich ganz bewusst auf das

zu blicken, was mir Jesus vor die Füße schenkt: Meine einmalige Aussicht auf die Berge (alle anderen haben ein Gebäude vor der Nase), die Gespräche mit meiner Zimmerkollegin und weiteren "Mitbewohner", einfach Zeit für mich zu haben (lesen, beten, Film schauen, Stricken, Predigt hören, essen, schreiben, einfach sein und den Gedanken nachhängen, Velofahren auf dem Hometrainer,...), guter Schlaf, Ruhe und Frieden über der ganzen Situation und dass viele liebe Freunde für mich und meine Familie beten :-). Herzlichen Dank :-). :-). :-). :-). :-). Auch in dieser Geschichte streckt mir Jesus seine Hände entgegen, wenn ich versucht bin, auf das zu schauen, was ich im Moment entbehren muss. Aber was sind schon 10-12 Tage auf mein Leben gesehen? Die Schilddrüse ist schon ein wenig kleiner geworden und alles läuft nach Plan. Ich spüre unten im Hals, dass sich da etwas tut und habe leichte Halsschmerzen. Wenn dann eine Krankenschwester kommt, muss ich ihr es dann sagen. Es könnte sein, dass sich da etwas entzündet hat. Liegt aber absolut im Rahmen drin. Die Augen halten sich Gott sei Dank still und alles ist im grünen Bereich :-). Mein nächster Programmpunkt ist das Halbfinal der Fussball - EM Portugal - Wales. Für wann bin ich wohl heute?

7. Juli 2016: Tag 4

Dieser Tag besteht zwar noch aus ein paar Stunden, aber ich nehme mir lieber jetzt schon Zeit um ein paar Zeilen zu schreiben, bevor ich vor Müdigkeit umfalle! Die Müdigkeit hat mich wieder voll erwischt! Muss aber so sein, weil die Schilddrüsenhormone auf Hochtouren laufen... Mein Herz höre ich auch wieder etwas lauter schlagen und die innere Unruhe macht sich auch bemerkbar... Einmal mehr ist Geduld gefragt :-).

In einem Büchlein begegnete mir folgendes "Bild", welches ich zu meinen Gunsten noch etwas personalisiert habe:

Das Bild des von Freunden zu Jesus Gebrachten trägt mich durch diese herausfordernde Tage: Freunde sind da, die mich zu Jesus bringen. Er wartet auf mich. Ich hänge in den Seilen, kann nichts mehr tun als mich tragen lassen, mich Jesus und den guten Armen des Vaters ausliefern. Ich muss keine Gebetsleistung bringen, damit mich Gott sieht, liebt und heilt. Meine Freunde stehen für mich ein. Weggefährten, die mir den Weg nicht abnehmen können, die aber da sind, mich einrahmen, Laternen auf meinem "mühsamen" Weg sind.

Falls ich nicht schon am Schlafen bin, würde ich mir doch noch gerne das zweite Halbfinal der Fussball - EM Frankreich gegen Deutschland anschauen... Gestern Abend gab ich es nach der ersten Halbzeit auf. Nicht weil Wales am Verlieren war, sondern weil es meine Augendeckel nur so zu schlug.

8. Juli 2016: Tag 5

Wie soll man auf die Frage: "Wie geht es dir?" antworten, während man im Spital einquartiert ist? Ich möchte nicht bei einer oberflächlichen Antwort stehen bleiben. Aber wie packt man alles in eine ehrliche Antwort ein? Medizinische Antwort: Meine Schilddrüse ist sich am Zerfallen... Wegen den Augen muss ich jetzt doch bis zu 6 Wochen eine geringe Dosis Kortison nehmen... Seelische Antwort: Gestern war ich nahe am Wasser gebaut und wenn ich alleine gewesen wäre, hätte ich wohl einmal losgeheult... Auf die Antwort, wie es mir geht, findet man wohl am Einfachsten in den Blogbeiträgen. Ich kann mich nicht kurz halten...

Gestern Abend hatte ich eine kleine Krise, weil die einen und anderen entweder am Meer oder an einem See in den Ferien sind. Ich freue mich auch für sie, aber ich wäre doch auch sehr gerne mit meiner Familie für eine Woche ans Meer gefahren :-). Aber Gott hatte da einen anderen Plan für uns. Um so mehr freue ich mich auf unsere alljährlichen Church - Ferien in der Toscana in drei Monaten. Die lasse ich mir aber nicht nehmen! Oder soll ich mich lieber nicht zu früh freuen?

Ich versuche wirklich in der ganzen Situation das Beste daraus zu machen und merke, dass ich mich von seelischen Wunden versuche abzuschirmen und sie nicht an mich heranlassen will. Alles hat seine Zeit... (Prediger 3,1). Es wird eine Zeit geben, da werde ich mir mit Gott zusammen noch einmal Zeit nehmen um mit ihm darüber zu sprechen, mit ihm zu weinen,... Oder es bricht dann auf, wenn der Heilige Geist da drin wirkt und aus Erfahrung weiss ich, dass ich dann nicht anders kann, als mich Ihm hinzugeben...

Noch zu meinen Augen. Heute Nacht spürte ich einen dumpfen stechenden Schmerz hinter einem Auge und heute Morgen schmerzte es mich hinter dem anderen Auge. So meinte die Ärztin, dass sie mir doch lieber Kortison gibt, bevor doch noch etwas gravierendes mit den Augen passiert.

Meine Zimmerkollegin kann vielleicht Morgen nach Hause :-). Oder dann am Montag. Was mache ich dann ohne sie? Ich weiss auch nicht, wie viele Stationsmitbewohner übers Wochenende noch da sind. Mal schauen...

9. Juli 2016: Tag 6

O Herr, mein Gott! Durch deine grosse Macht und auf deinen Befehl hin wurden Himmel und Erde geschaffen. DIR IST NICHTS UNMÖGLICH! Jeremia 32,17

Eigentlich geniesse ich die Zeit im Spital, wo ich für mich alleine und Gott habe :-)

Zwischendurch habe ich aber trotzdem ein paar Krisen: Sommerwetter, Ferien, Familie,...

Heute Nachmittag musste ich das erste Mal so richtig weinen :-). Der Arzt meinte, dass es sein könnte, dass ich am Freitag noch über dem Strahlenwert sein könnte, welcher vom Bundesamt für Gesundheit (BAG) festgelegt ist, damit man nach Hause kann! Da die Station nur einmal im Monat übers Wochenende geöffnet ist, muss ich also spätestens am Freitag nach Hause! Er würde dann beim BAG für meine Entlassung eine Sonderbewilligung beantragen... Das würde aber heissen, dass ich dann noch eine weitere Woche von meinen Kindern getrennt sein sollte... Eine liebe Freundin hat mir schon Asyl gestattet :-). Der Gedanke noch eine weitere Woche ohne sie und danach gehen die zwei Älteren ins Jungscharlager, war einfach zu viel auf einmal und ich war nur noch am Weinen... Ich habe mich jetzt entschieden, dass ich mit der Jüngsten lieber alleine Zeit verbringen möchte, als ins Jungscharlager mitzugehen. Wenn ich nicht als Leiterin mitgehe, will sie auch nicht als Teilnehmerin mitgehen. Verständlich...

Aber bei Gott ist ja nichts unmöglich :-). Auch wenn ich ohne Sonderbewilligung nach Hause kann, darf ich 4-5 Tage meine Liebsten nicht umarmen und zu nah bei ihnen sein. Immerhin wäre ich aber zu Hause :-). Gott hat es einmal mehr im Griff. Bin ja gespannt, was er da wieder im Schilde führt...

10. Juli 2016: Tag 7

Verspottet und verrate treisch dis Chrüz - für e verlorni Wält gisch dis alles hi - bisch dir nid z schad und bügsch dich abe zu mir - lasch di la zerbräche, dass mis brochne Härz

heil wird. Verspottet und verrate treisch dis Chrüz - für e verlorni Wält gisch dis alles hi - doch d Liebi i dim Härz siegt über d Nägel i dim Liib - du überwindisch, dass ich überwinde cha. Us de Wunde vo geschter fliesst Heilig für hüt - us de Äsche vo mim Läbe machsch du Gold. Us de Wunde vo geschter fliesst Heilig für morn - us de Äsche vo mim Läbe machsch du Gold. Du machsch alles neu - du machsch alles neu - du machsch alles neu - ... (Jonas Schuhmacher)

Dieses Lied läuft mir seit Tagen nach und habe es wohl auch schon tausend Mal angehört... und bete, dass all die Wahrheiten in meinem Herzen Fuss fassen können. Den Gottesdienst in meiner Gemeinde habe ich heute Morgen schon vermisst und nächsten Sonntag wird es wohl auch wieder nichts :-(Ich weiss, Gott ist mit seinem Heiligen Geist nicht nur im Gottesdienst, sondern auch hier in Bern bei mir. Aber trotzdem ist es nicht dasselbe und ich vermisse die Gemeinschaft mit den Leuten aus der Gemeinde :-(In zwei/drei Wochen sollte es dann wieder klappen :-)

So, die Kinder sollten im Adonia - Camp angekommen sein und ich freue mich für sie. Eine Woche Gemeinschaft mit Gott und Freunden, singen, spielen, basteln, tanzen, festen, ... und zum Schluss zwei Musical - Aufführungen, die ich leider nicht besuchen darf :-(Was man alles wegen einer Krankheit entbehren muss: Ferien, Familie, Gottesdienste, Missionarsabend, Musical, Jungscharlager,... Finde ich nicht immer so einfach.

Der Nachmittag war von Sport geprägt. Zuerst schaute ich das Beachvolleyfinale von Gstaad an, danach absolvierte ich 10km auf dem Hometrainer-Velo und vor dem Nachessen schaute ich noch kurz Leichtathletik-EM. Um 21.00 Uhr treffe ich mich mit ein paar anderen "Mitinsassen" im Aufenthaltsraum um das Fussball-EM-Finalspiel zwischen Frankreich und Portugal zu verfolgen. Allez les bleus!!!

7 Tage habe ich schon fast geschafft und nun sind es nur noch 5 Tage :-) und die werde ich auch noch schaffen :-) Wie es danach aussieht, weiss ich wohl erst am Freitag, wenn sie mich „rausschmeissen“!

11. Juli 2016: Tag 8

Vor ein paar Wochen habe ich mich gefragt, wie wohl die Verse 19-22 in dem Psalm 139 gelangten? Beim heutige Bibellesen stiess ich auf eine mögliche Antwort: Nicht nur Psalm 139 macht deutlich, dass wir all unsere Gefühle und Gedanken vor Gott aussprechen dürfen. Auch wenn sie noch so heftig sind. Vor Gott muss ich meine Gedanken und Gefühle nicht erst filtern und dann nur sagen, was nett und anständig klingt. Ich darf offen und ehrlich ausdrücken, was mich umtreibt.

Da ich meine Gedanken und Gefühle am liebsten auf Papier bringe, entstand auch die Idee diesen Blog ins Leben zu rufen. Mein Geschriebenes ist auch oft unverblüht, aber so ist das Leben nun einmal.

Langsam freue ich mich, wenn ich dann wieder an die frische Luft darf. Die Luft hier drin war auch schon besser als heute. Sogar der Arzt meinte, dass die Luft hier stickig sei. Zu Hause werde ich in der Nacht das Fenster wieder sperrangelweit öffnen und die gute Bergluft geniessen. Vielleicht werde ich sogar auf dem Balkon campieren! Spätestens am Freitagnachmittag kann ich nach Hause. Mein Gebet ist es, dass ich ohne Sonderbewilligung vom BAG nach Hause gehen kann. Jesus, um dieses Wunder bitte ich dich also noch jetzt und zwar ein bisschen schnell!!! Amen.

So, jetzt werde ich noch die letzten 10km auf dem Hometrainer von heute abstrampeln, damit ich noch einmal so richtig schwitze. Gut, die letzten zwei Nächte habe ich auch wie ein Weltmeister geschwitzt! Nebst viel trinken und essen, damit ich auch ja viel aufs

WC muss und km abstrampeln, kann ich nicht mehr dazu beitragen, dass mein Körper die Radioaktivität raus schwemmt. Den Rest muss Gott machen, aber bitte einmal schnell :-)

12. Juli 2016: Tag 9

"Da bin ich Gott, so wie ich bin: Mit meiner Sehnsucht und meiner Hoffnung, mit meiner Müdigkeit und meinem Stress, mit allen Zweifeln und allen Sorgen, mit aller Freude und allen Erwartungen, mit meinen Fragen und allem Unverstehen.

Hilf mir zu sehen, was DU mir zeigen möchtest, hilf mir zu hören, was DU mir jetzt sagen möchtest, hilf mir zu spüren, dass DU mit mir gehst und bei mir bleibst.

So bin ich jetzt vor DIR, sprich DU zu mir, mein Gott." Amen

Dieses Gebet beschreibt meine momentane Gefühlslage sehr gut. Ich gebe die Hoffnung noch nicht auf, dass ich am Freitag ohne Sonderbewilligung vom BAG nach Hause kann. Sieht zwar auch heute nicht danach aus. Obwohl ich alles menschenmögliche (5-6 Liter Wasser trinken, 6 Mal im Tag essen und 3 Mal 30 min. Velofahren) dafür mache. Wenn es dann wirklich so wäre, müssen wir die Kinder noch irgendwo unterbringen... Dies stresst mich gerade und ich könnte nur weinen :(Ich verstehe es auch nicht, dass bei mir, was Morbus Basedow angeht, oft anders als normal läuft... Am Sonntag kann ich auch nicht ans Church-Bräteln und werde wohl den Sonntag alleine zu Hause verbringen :(Dafür habe dann einmal Zeit um richtig zu weinen :(Hier im Spital ist es eher schwierig.

Langsam werde ich etwas ungeduldig, was die Entlassung angeht. Jetzt habe ich dann langsam genug vom Spitalalltag und würde gerne wieder etwas zu Hause "fuschten", die frische Luft genießen, meine Familie und Freunde wieder sehen, in den Gottesdienst gehen,... Ich weiss, alles hat seine Zeit, aber wenn man da so mitten drin steckt...

13. Juli 2016: Tag 10

Gestern Abend wollten meine Zimmerkollegin und ich eigentlich Znacht essen, aber statt zu essen krümmten wir uns eine halbe Stunde vor lachen :-) :-) Da wir einen sehr hohen WC-Papierverschleiss haben, mussten wir fast jeden Abend um WC-Papier betteln. Wir kamen uns schon fast komisch vor, jeden Abend WC-Papier zu bestellen. Wenn ich oder sie nur schon WC-Papier am Tisch sagte, konnten wir fast nicht aufhören zu lachen und die Tränen liefen vor lauter lachen nur so runter. Auf jeden Fall tat es mir sehr gut, da der gestrige Tag nicht mein bester Tag war. Ich machte mir viel zu viele Gedanken über den Wert, welcher nur langsam sank, die Sonderbewilligung, die Kinder,...

Der Wert ist von gestern auf heute doppelt so schnell gesunken, als die Tage zuvor.

Danke Jesus! Mein Gebet ist nach wie vor, dass ich ohne Sonderbewilligung am Freitag nach Hause kann. Im Moment bin ich auf 8,7 und für eine Entlassung muss man 5 oder darunter haben. Bei Gott ist nichts unmöglich. Die Kinder können auch zu Hause bleiben, wenn sie dann am Samstag vom Adonialager nach Hause kommen :-) Mich nervt einfach, dass dieser Arzt dies sagt und jener Arzt das...

So, meine Zimmerkollegin hat mich verlassen :(und es ist ganz ruhig geworden. Ich werde sie vermissen...

14. Juli 2016: Tag 11

Heute Nachmittag wurde bei mir 8 gemessen und es sieht so aus, dass ich morgen gegen Abend mit einer Sonderbewilligung nach Hause gehen werde. Ist mir aber

inzwischen egal. Ob ich jetzt 4 oder 7 Tage zu Hause auf gewisse Dinge achten muss, spielt auch keine Rolle mehr... Aber das mit den Kindern haben sie hier nicht so im Griff. Einmal heisst es dies und einmal das... Heute hiess es, dass die Kinder am Samstag nicht zu Hause sein sollten! Gott sei Dank kommen sie am Samstag erst gegen Abend nach Hause...

Ich habe das Gefühl, dass der Tag ohne meine Zimmerkollegin weniger schnell vorbei geht. Einen Tag kaum mit jemanden zu reden, ist nicht mein Ding. Da ich lieber mit Leuten zusammen bin, fällt es mir jetzt schwerer alleine den Tag im Zimmer zu verbringen.

15. Jul. 2016: Tag 12

Eines Nachts hatte ich einen Traum: Ich ging am Meer entlang mit meinem Herrn. Vor dem dunklen Nachthimmel erstrahlten, Streiflichtern gleich, Bilder aus meinem Leben. Und jedes Mal sah ich zwei Fussspuren im Sand, meine eigene und die meines Herrn. Als das letzte Bild an meinen Augen vorübergezogen war, blickte ich zurück. Ich erschrak, als ich entdeckte, dass an vielen Stellen meines Lebensweges nur eine Spur zu sehen war. Und das waren gerade die schwersten Zeiten meines Lebens. Besorgt fragte ich den Herrn: "Herr, als ich anfing, dir nachzufolgen, da hast du mir versprochen, auf allen Wegen bei mir zu sein. Aber jetzt entdecke ich, dass in den schwersten Zeiten meines Lebens nur eine Spur im Sand zu sehen ist. Warum hast du mich allein gelassen, als ich dich am meisten brauchte?" Da antwortete er: "Mein liebes Kind, ich liebe dich und werde dich nie allein lassen, erst recht nicht in Nöten und Schwierigkeiten. Dort wo du nur eine Spur gesehen hast, da habe ich dich getragen." Margaret Fishback Powers Gestern Abend lass ich in einer Zeitschrift folgende Zeilen: Wer an Gott glaubt, ist nicht von Krankheit und Leid geschützt. Aber: Gott lässt uns nicht damit allein. Gott trägt uns durch schwere Zeiten. Amen. Wenn ich auf die letzten 12 Tage zurückschaue, kann ich von Herzen sagen, dass Gott mich jeden Tag und jede Nacht getragen hat und mit seiner Liebe da war. Genau zum richtigen Zeitpunkt rief mich jemand an, schrieb mir jemand ein ermutigendes SMS/WhatsApp, begegnete mir ein tröstender Bibelvers,... Aber es gab auch Momente, wo ich leise vor mich her weinte, weil ich meine Familie vermisste, auch in den Ferien sein möchte, auch das Sommerwetter draussen mit den Kindern geniessen möchte, auch das Musical der Kinder besuchen möchte, auch nach Hause möchte wie meine Zimmerkollegin,...

Während ich wieder zu Hause angekommen bin und hier den Blogbeitrag weiter schreibe, sind die Kinder am Musical aufführen und ich kann nicht dabei sein. Das tut weh... :(Ich möchte doch auch dabei sein... Ich vermisse sie... und jetzt fülle ich die Badewanne mit Tränen...

Kurz vor 16.00 Uhr wurde ich mit 7,09 und einer Sonderbewilligung, welche das BAG schon vor der heutigen Messung bewilligt hat, entlassen. Draussen wehte ein kalter Wind, aber ich genoss es trotzdem wieder an der frischen Luft zu sein. Jetzt muss ich erst Mal wieder zu Hause ankommen und Fuss fassen...

16. Juli 2016: Wieder zu Hause :-)

War das herrlich wieder in meinem Bett zu schlafen! Schief sogar bis 9.00 Uhr. Den Tag verbrachte ich gemütlich mit aufräumen, während mein Mann an die zweite Musical-Aufführung der Kinder fuhr um sie dann wieder nach Hause zu holen. Gegen 19.00 Uhr trudelten sie ziemlich müde zu Hause ein und uns allen liefen ein paar

Freudentränen runter... Es ist schön alle wieder beisammen zu sein, auch wenn wir die nächsten 6 Tage noch auf Abstand (mind. 1m) gehen müssen.

Heute Morgen lass ich in der Bibel Markus 10,13-16. Ich darf vertrauensvoll zu Jesus kommen und seine Nähe geniessen. Ich weiss mich bei Jesus geborgen und geschützt. Bei Ihm finde ich Ruhe und Schutz. Dies wünsche ich mir gerade besonders für morgen, während der Rest der Familie beim Church-Bräteln ist und ich zu Hause bleiben muss, weil ich für Schwangere und Kleinkinder noch zu stark strahle! Dies ist für mich wirklich ein MUSS, denn ich liebe es draussen im Wald zu sein und zu bräteln. Natürlich würde ich auch liebend gerne wieder die Leute aus der Church treffen um mich mit ihnen zu unterhalten. So buchstabiere ich Geduld noch etwas weiter... G E D U L D ist nicht meine Stärke.

18. Juli 2016: Schmerzen

Letzte Nacht erwachte ich um 3.00 Uhr, weil es mich um das rechte Ohr und beim Rücken nur so schmerzte... Ich konnte dann eine Stunde lang nicht einschlafen. Schlussendlich nahm ich eine Schmerztablette und ein Beruhigungstees. Gebetet habe ich natürlich auch. Schliesslich schlief ich irgendwann wieder ein und erwachte um 8.30 Uhr wieder und nahm den Tag ohne Schmerzen in Angriff.

Ich geniesse es wieder zu Hause zu sein. Nur den Kindern ist es etwas langweilig mit mir... Die Jüngste hat am meisten Mühe wieder im Alltag Fuss zu fassen. Sie hat oft eine schlechte Laune, schreit herum und weiss mit sich selber nichts anzufangen. Ist etwas mühsam. Ich weiss gerade nicht, ob ich sie am Samstag mit den anderen Zwei ins Jungscharlager schicken soll oder nicht. Sie muss natürlich nicht, wenn sie überhaupt nicht ohne mich gehen will.

Seit heute habe ich wie Schluckbeschwerden und zwischendurch spüre ich einen Schmerz Richtung Ohren. Am Abend freue ich mich jeweils auf mein Bett, weil ich vor Müdigkeit fast umfalle. Muss mir wohl wieder ein Mittagsschläfchen gönnen...

20. Juli 2016: Noch 2 Tage...

Noch 2 Tage habe ich in der "1m-Abstand-Gefangenschaft" zu leben und danach bin ich wieder frei :-). Muss zwar sagen, dass der 1m Abstand zwischendurch auf 1cm geschrumpft ist! Was mich aber nicht weiter beunruhigt, weil die Schweiz da ziemlich "pingelig" ist...

Meine Geschichte mit dem Herrn Basedow ist leider noch nicht zu Ende. Geduld brauche ich nach wie vor und dies könnte noch eine Weile dauern... Einmal sollte ich in eine Unterfunktion kommen und da fängt dann die Schilddrüsenhormoneinstellung in Tablettenform an. Arztbesuche stehen auch wieder auf dem Programm. Ich freue mich schon jetzt auf den Tag, wo ich nicht mehr mit der Müdigkeit kämpfen muss und wieder fit bin.

21. Juli 2016: Müde

Heute war es eher ein mühsamer Tag! Ich kam schon kaum aus dem Bett und mein Körper fühlte sich müde an. Hatte auch keine Lust irgendetwas in Angriff zu nehmen. Da ich ja noch bis morgen zu 100% krankgeschrieben bin, muss ich ja auch nichts tun ;-). Die dauernde Müdigkeit geht mir langsam auf die Nerven... Eine Weile geht das ja, aber jetzt möchte ich wieder fit sein. Ich möchte wieder mit voller Energie durch den Tag gehen und mir nicht immer überlegen müssen, ob dies und das jetzt doch nicht zu viel

für mich ist! Ich möchte wieder mit einer gesunden Müdigkeit schlafen gehen. A propos schlafen: Nach drei Wochen ohne mit meinen Liebsten zu kuscheln, kann ich es kaum erwarten ganz nahe bei meinem Mann zu sein und mit den Kindern wieder zu kuscheln. Gestern habe ich ganz unbewusst meine Decke umarmt... Die Nähe zu meinem Mann und zu den Kindern fehlt mir schon.

Den Nachmittag verbrachte ich mehr oder wenig im Bett mit Lobpreislieder hören und Krimi schauen. Die Kinder benahmen sich auch dementsprechend... Ich schickte sie dann für eine Stunde in den Regen raus! Bin froh, wenn die zwei Älteren am Samstag für eine Woche ins Jungscharlager gehen. Die Jüngste will immer noch nicht ohne mich ins Lager gehen und bleibt jetzt mit mir zu Hause. Sie kann es kaum erwarten wieder einmal bei mir zu schlafen und mit mir zu "schmüsele". Auch wenn ich sehr, sehr,... gerne mit in mein 6. Jungscharlager (alle 2 Jahre ist ein Lager) gegangen wäre, bin ich froh, dass ich zu Hause bleiben kann. Bin einfach zu müde und nicht fit genug für eine Woche Lagerleben. Werde aber am Mittwoch die Leiter, Jungscharler und Teenies besuchen und meine Andacht durch die Stiftshütte trotzdem halten. Muss sie zwar noch zu Ende schreiben... Natürlich werde ich auch im Gebet hinter dem Lager stehen.

23. Juli 2016: Morbus Basedow - ein „gemeiner Kerl“

Seit heute bin ich wieder auf freiem Fuss und kann mich wieder überall frei bewegen. So gerne ich die Welt wieder erobern möchte, bin ich die meiste Zeit des Tages lieber zu Hause, weil ich einfach zu müde zum Erobern bin. Wie lange dauert diese Müdigkeit noch an? Das kann mir wohl niemand so genau sagen...

Heute Morgen machten sich unsere drei Kinder auf den Weg ins Jungscharlager. Richtig gelesen, unsere Jüngste meinte gestern Morgen, dass sie jetzt doch ohne mich gehen wird und so habe ich mit ihr zusammen ihre Tasche und Rucksack gepackt. Als ich sie zum Treffpunkt brachte und all die vertrauten Gesichter der Leiter und Jungscharler/Teenies sah, wollte ich am liebsten auch gerade mit! Naja, am Mittwoch werde ich sie ja besuchen :-)

Als ich die Diagnose Morbus Basedow erhielt, kaufte ich mir einen hilfreichen Ratgeber (Leben mit Morbus Basedow) und lese immer wieder darin. Heute las ich einen Bericht von Frau Anke Hagenbach, die Morbus Basedow sehr gut in Worte gefasst hat und ich kann vieles darin nur bejahen:

"An Morbus Basedow erkrankten Menschen mit genetischer Veranlagung. Meiner Theorie nach zeigen sie in der Regel anschauliche Eigenschaften. In der Arbeitswelt selbstbewusst, leistungsorientiert, verantwortungs- und pflichtbewusst, diszipliniert, gewissenhaft, fleissig und akkurat - im Privatleben selbständig, couragiert, ordentlich, zuverlässig, hilfsbereit, emotional, grossherzig, fürsorglich, selbstlos und aufopferungsbereit. Kurz gesagt: Perfektionisten, wahre Helden des Alltags, die nach Anerkennung streben.

Viele Betroffene personifizieren den Morbus Basedow anfangs als einen "gemeinen Kerl". Warum?

Vielleicht weil er charakterlos, skrupellos und niederträchtig daherkommt? Rücksichtslos und gewissenlos zuschlägt? Er sich nicht in die Karten schauen lässt? Er sich von hinten anschleicht, um dann von einem auf den anderen Tag alles aus der Bahn zu werfen? Diese und so manch andere Begründungen lassen sich finden, um ihn einen "gemeinen Kerl" zu nennen.

Er lässt sich nicht fassen, nicht angreifen. Er ist immer einen Schritt schneller, schlauer und gerissener. Er ist viel vorausschauender, als dass es der Betroffene anfangs begreifen und verinnerlichen kann.

Und er wütet. Wütet so lange, bis man ihn verstanden hat. Bis man ihn annimmt und ihm seine Rechte eingesteht, bereit ist, ihn zu akzeptieren und von nun an wissend, dass es kein Leben mehr ohne ihn gibt.

Mit Morbus Basedow änderte sich mein Leben von Grund auf. Von der Lebensqualität, so wie ich es kannte, musste ich mich schweren Herzens trennen.

Er täuschte mir vor, noch aktiver sein zu können, noch mehr Dinge in der gleichen Zeit zu erledigen, ein Energiebündel zu sein. Oh wie er lügen kann!

Was er mir vorgaukelte, nahm ich freudigst an. Bis ich an diesen Punkt kam, an dem nichts mehr so ist, wie es war und auch nie mehr so sein wird. Meine Kraft verliess mich. Einfach so. Ohne vorherige Ankündigung? So sah ich es zu diesem Zeitpunkt. Und dabei habe ich die Anzeichen nur nicht erkannt. Habe sie falsch gedeutet. Habe sie unterstützt, ihm unwissend das Futter gegeben, damit er stärker wird, damit er das sagen über meinen Körper bekommt. Und nun erkannte ich, da ist etwas falsch gelaufen. Ich habe meinem Körper nicht genügend Beachtung gegeben. Ich habe ihn als selbstverständliche Hülle mit Funktionen angesehen, als mehr nicht.

Und dieser Körper sagt jetzt: STOPP! So geht es nicht weiter. Die Beschwerden zeigen mir, dass ich die Notbremse zu ziehen habe. Ich musste dem Morbus Basedow den Boden entziehen. Ihm zeigen, dass ich stärker bin. Aber - ein Kraftakt half mir hier überhaupt nicht weiter!

Während meiner akuten Phase - und wenn ich mich auch unaufhörlich versuchte anzustrengen, ich konnte nicht mehr, auch wenn ich noch so sehr wollte. Das was hilft, war für mich nicht akzeptabel. Geduld, Ruhe, Schonung, Gelassenheit kannte ich nicht. Es passt nicht zu mir. Es lässt sich keinesfalls in meine typischen Charakterzüge einordnen. War es nicht schon unerträglich, wenn ein grippaler Infekt oder ein gebrochenes Bein mich für Tage oder gar Wochen aus dem Verkehr zog?

Warum ist ein Frage, die wahrscheinlich immer wieder im Laufe einer chronischen Erkrankung auftaucht. Es lohnt sich nicht diese Frage zu stellen. Denn ein "Warum" blockiert.

Aber die Frage "Wozu?" dagegenn ist ein richtungsweisender Ansatz. So habe ich gelernt, mich mit mir selbst zu beschäftigen.

Was mit dieser vielen Zeit anfangen? Irgendwann kommt der Punkt und die Ruhe um einen herum wird erträglicher. Die Kraft ist da, sich mit seiner Krankheit zu befassen. Der Körper verlangt nach der Zeit, die er braucht. Ich habe sie ihm gegeben. Eine ganz persönliche Zeit - die zeit für den Morbus Basedow - bewusst ohne Beschränkung. Nach und nach habe ich begriffen, was diese Veränderungen wirklich bedeuten. Mir wurde auf einmal bewusst, was es heisst, gesund zu sein. Das war vorher selbstverständlich. Ich sah erst jetzt, als es mir schlecht ging, wie schnell das Leben um uns herum eigentlich ist. Ich konnte den Anforderungen nicht mehr gerecht werden. Das Leben um mich lief in vollem Tempo weiter. Wie soll es auch anders sein - den Knopf zum Ausschalten suchte ich vergebens.

Ich habe mich anfangs daran orientiert, wie es vorher war. Die gesunde Zeit wurde nebst Wut, Traurigkeit und Verzweiflung mit der kranken verglichen. Es war, als wenn die Welt aus den Angeln fiel. Es war das Gefühl, als wenn es ein Ganzes gäbe und dieses Ganze auf einmal in viele kleine Einzelteile zerfiel. Und ich damit beschäftigt war, diese Einzelteile zu sortieren und zu einem neuen Ganzen zusammenzufügen. Um

so überraschender war die Erkenntnis, dass nicht mehr alle Einzelteile zu gebrauchen waren.

Das wirklich Wichtige zu definieren, war ein steiniger Weg in alle Richtungen. Aber - der Morbus Basedow erlaubt mir jetzt gewisse Freiheiten, die ich mir vorher nie gestattet hätte.

Kann man soweit gehen und sagen, er sollte ein Geschenk sein, weil er mein gesamtes Leben und meine diesbezügliche Einstellung verändert hat? Um Himmels Willen - nein! Ein wahrhaft sehr makabres Geschenk! Aber ohne diese Erkrankung würde ich heute noch nicht wissen, was Leben wirklich heisst. Ich habe eine grosse Stärke dazugewonnen.

Und - was ist der richtige Weg? Jeder Morbus-Basedow-Patient wird und muss das allein und für sich persönlich entscheiden. Ich habe meinen Weg gefunden. Raus aus der Hölle, aber die Handbremse in greifbarer Nähe. Mein ganz persönliches Kranksein ist heilsam für mich. Ich koche heute auf einer weitaus kleineren Flamme. Und - es schmeckt hervorragend!"

30. Juli 2016 :-)

Diese Woche war ich nicht mehr so müde wie die vordere Woche. Danke Jesus. Ich hatte sogar die Kraft dazu, die Wohnung einigermassen zu putzen. Wenn auch im Schneckentempo. Im Allgemeinen fühle ich mich auch besser.

Auch wenn es all die lieben Leute gut meinen, möchte ich nicht allen erzählen wie es mir geht. Es gibt aber ein paar Ausnahmen, denen ich es gerne erzähle und die kennen meine Geschichte auch von Anfang an.

Mein Mann und ich gehen heute unsere Kinder vom Jungscharlager nach Hause holen. Ich freue mich, wenn wieder mehr Leben im Haus ist. Ich habe sie diese Woche schon vermisst. Gut, am Mittwoch habe ich sie gesehen, weil ich fast den ganzen Tag im Jungscharlager verbracht habe.

Übrigens, wir bekommen das einbezahlte Geld von unseren stornierten Ferien von der Reiserücktrittsversicherung wieder zurück :-)

In den letzten Tagen habe ich mir Gedanken über das Thema Jod und Morbus Basedow gemacht. In wie fern beeinflusst Jod Morbus Basedow? Vor allem in Milchprodukten ist sehr viel Jod drin, weil die Bauern den Kühen Jod "füttern". Zu viel Jod ist eben auch nicht gesund. Ich will mich da noch etwas schlau machen...

5. August 2016: Herzenswohnung

Die Tage fliegen nur so vorbei. Seit dem letzten Blogbeitrag ist schon fast wieder eine Woche vergangen. Die Müdigkeit hielt sich auch diese Woche in Grenzen und ich packte Dinge an, die schon über ein halbes Jahr liegen geblieben sind! Ich bin wieder motiviert meiner Familie eine gemütliche und einigermassen saubere Wohnung zu gestalten. Wenn ich die Wohnung eines unbekanntem Menschen sehe, dann bekomme ich unwillkürlich einen Einblick in sein Herz. Das könnte man von meiner Wohnung und meinem Herzen auch sagen. Ich würde Mal sagen seit letztem Herbst hätte man meinen Herzenszustand anhand unserer Wohnung auch sehr gut ablesen und beobachten können. In der Wohnung wie auch in meinem Herzen wurde es langsam chaotischer... Gegen aussen habe ich das Chaos leider versucht zu verstecken. Wenn ich wusste das jemand zu Besuch kam, wurde die Wohnung blitzschnell aufgeräumt und mit Masken aufsetzen sind wir Menschen ja sehr geschickt. Zu Hause war das eher schwieriger und

Gott sei Dank hat mein Mann dann meine Maske durchschaut und mich zur Hausärztin geschickt. A propos Hausärztin: Ende August/Anfangs September darf ich wieder zu ihr zur Kontrolle. Im Moment fühle ich mich besser und genieße das Leben. Zwar habe ich an beiden Unterarmen einen juckenden Ausschlag, von dem ich nicht weiss woher er kommt. So wie ich das Beurteilen kann, ist der Ausschlag am Abklingen. Die Augen jucken/tränen zwischendurch und am Abend habe ich den Eindruck, dass ich schlechter sehe. Vielleicht sind sie einfach auch müde...

18. August 2016: Bis später...

Die Sommerferien der Kinder sind vorbei und das neue Schuljahr (3./6./8. Klasse) ist schon fast eine Woche alt. Am Abend fühle ich mich jeweils auch alt, weil sich meine Augen schon fast von alleine schliessen und sich mein Körper nach einem Bett sehnt. Wenn ich dann einmal im Bett liege, schlafe ich auch sofort ein und höre bis am Morgen nichts mehr.

In den letzten Tagen musste ich mich 1-2 Mal durch den Tag hinlegen, weil ich beim Mittagessen,.. fast eingeschlafen bin! Nach diesem Blogeintrag gehe ich auch noch eine Runde schlafen.

Nach wie vor sieht man mir nicht an, dass ich immer noch nicht fit bin und das ist manchmal etwas mühsam. Ich muss immer wieder erklären, dass mir dies und das einfach noch zu viel ist, dass ich nicht kommen kann, dass ich nicht helfen kann... Da ich sehr gerne unterwegs bin, sehr gerne helfe,... fällt mir Nein sagen nicht immer einfach. Mein Bett ruft... schreibe später weiter...

26. August 2016: Ich fühle mich besser

Aus später wurden Tage... Seit die Schule wieder voll im Gange ist, fliegt mir die Zeit nur so davon und der Blogeintrag bleibt auf der Strecke liegen. Obwohl ich doch so gerne schreibe.

Seit ein paar Wochen macht es mir wieder Freude den Haushalt zu machen. Das kann ich vom letzten halben Jahr nicht sagen. Ich fühle mich besser, auch wenn ich mir zwischendurch ein "Schläfchen" gönne. Letzte Woche habe ich sogar mit meiner Familie das Wohnzimmer geputzt und umgestaltet. Endlich hatte ich wieder Ausdauer bei einem "Projekt".

Letzten Mittwoch war ich beim Augenarzt und es stellte sich heraus, dass sich die Hornhautverkrümmung verschlechtert hat und ich darum in der Weite nicht mehr alles scharf sehe. Ich weiss gerade noch nicht, ob ich mir eine neue Brille lassen machen soll oder noch lieber warten soll. Ist auch eine Kostenfrage. In neun Monaten muss ich wegen der endokrinen Orbitopathie wieder zur Kontrolle und bis dahin muss ich meine Augen im Auge behalten. Am Montag rufe ich meine Hausärztin an, um einen Termin mit ihr abzumachen. Denn jetzt wäre eine Blutkontrolle dran. Der Juckreiz an den Unterarmen und der Scheidepilz sind inzwischen auch verschwunden. Ich denke, es hatte mit dem Kortison, welches ich jetzt nicht mehr schlucken muss, zu tun.

29. Aug. 2016: „Du bisch ä lebändige Gott“

Wenn ich an das halbjährige lächelnde Mädchen aus unserer Gemeinde denke und das tue ich oft, das mit einem Körper voller Krebs jetzt Chemo machen muss, dann fühle ich mich daneben schon richtig gesund. Dass ein Kind, kaum auf der Welt schon so krank sein muss, verstehe ich nicht. Aber ich weiss, dass Gott alles im Griff hat und nur das

Beste für uns will. Er sieht weiter als wir... und das ist auch gut so. Er ist und bleibt gut, egal wie es um uns aussieht - ich kann Ihm vertrauen.

Das Lied DU BISCH Ä LEBÄNDIGE GOTT von Jackie Leuenberger sangen wir gestern im Gottesdienst während dem Lobpreis und die Worte gingen mir sehr nahe...

Du bisch ä lebändige Gott, uferstande u unerreicht i dyre grosse Macht. Du bisch d Hoffnig wo treit denn, wenn alles verseit, luege mir uf Di - lebändige Gott. Mi Erlöser, mi Versorger, starche Heiland, Zueflucht im Sturm. Nüt entgeiht je dyne Ouge, i bi sicher i dyre Hand. Niemer isch wie Du - lebändige Gott.

3. September 2016: Streptokokken

Seit gestern Nacht liege ich mehr oder weniger unter einer Faserpelzdecke und drei Lagen Duvets, weil sich Streptokokken (Angina) auf den Mandeln eingenistet haben! Die Kopfschmerzen und der Schüttelfrost machen mir zwar am meisten zu schaffen. Die Halsschmerzen sind noch auszuhalten. Da ich seit Monaten nie kalt hatte, kannte ich dieses Gefühl kalt zu haben kaum mehr. Da habe ich doch lieber Hitzewallungen. Eigentlich habe ich genug vom Krank sein!

Gestern gegen Mittag konnte ich meinen Hals meiner Hausärztin zeigen gehen. Aber ich wusste schon vorher, dass ich Angina habe! Sie meinte, wenn ich noch einmal hätte, was ich gar nicht mehr haben will, so "müsse" ich zu einem Spezialisten und wohl oder übel die Mandeln entfernen lassen! Mein Mann musste sie auch als Erwachsener entfernen lassen und ihm wurde es nach der Operation ziemlich übel! Da ich sowieso gerade in der Arztpraxis war, hat meine Hausärztin meine Schilddrüse mit Ultraschall noch angeschaut. Die Schilddrüse ist kleiner geworden und sie meinte, dass ich auf einem guten Weg sei. In zwei Wochen wird noch das Blut untersucht und dann sehen wir weiter...

13. November 2016 Sieben Monate später...

Wie die Zeit vergeht... Vor fast sieben Monaten wurde bei mir Morbus Basedow diagnostiziert, wobei die Ärzte einstimmig meinten, dass die Krankheit schon länger ausgebrochen sei. Ende April 2016 ging es mir körperlich, aber auch psychisch nicht sehr gut :(Aber das musste ich mir auch zuerst eingestehen. Heute, sieben Monate später, geht es mir wieder viel besser. Der Weg bis dahin war aber sehr herausfordernd und ich lernte G E D U L D zu buchstabieren, NEIN zu sagen, wenn möglich Stress zu vermeiden und das Leben gelassener zu nehmen.

Seit ein paar Wochen sind die Schilddrüsenwerte in die Unterfunktion gekippt, welche in meinem Fall auch angestrebt wurde. Das heisst, dass ich keine weitere Radiojodtherapie mehr machen muss :) Dafür darf ich mein Leben lang Schilddrüsenhormone in Tablettenform schlucken, was ich jetzt nicht als schlimm empfinde. Klar, Gott kann immer noch ein Wunder tun.

Die neun Kilo, die ich während der akuten Krankheitsphase verloren habe, habe ich wieder zugenommen :(Meine Hausärztin meinte lächelnd, dass ich keinen Bonus der Überfunktion mehr hätte, was das Gewicht angehe! Sie meinte aber auch, dass ich wohl auch nicht viel dafür könne, dass die Waage wieder mehr anzeige, weil das irgendetwas mit dem Stoffwechsel zu tun hätte. Muss aber ehrlich sagen, in den letzten Monaten habe ich auch nicht besonders auf Süßes verzichtet. Ein paar Kilo möchte ich schon wieder verlieren, denn meine Hosen sind etwas eng geworden und ich fühle mich so auch nicht sehr wohl.

In nächster Zeit muss ich alle 2-3 Wochen die Schilddrüsenwerte durch Blutabnehmen immer wieder bestimmen lassen, damit man die Hormoneinstellung gut regulieren kann. Einmal, wann auch immer das ist, muss ich dann nur noch einmal im Jahr die Schilddrüsenwerte kontrollieren lassen... Anfangs Dezember darf ich jetzt noch zu meiner Frauenärztin wegen den Zysten. Habe neulich gelesen, dass dies auch mit der Krankheit zu tun haben könnte. Mal schauen...

Bevor ich die Diagnose bekam, hatte ich vor Krankheiten, Ärzten, Spitälern,... Angst, weil ich könnte ja eine schlimme Krankheit haben. Aber seit dieser Krankheitsgeschichte habe ich vor keiner Diagnose mehr Angst, weil ich tief im Herzen weiss, dass es Gott gut mit mir meint und mit mir durch jede Situation mitkommt und mich nicht alleine lässt. Natürlich wünsche ich mir, dass keine weiteren Krankheiten in meinem Leben oder in meiner Familie mehr auftauchen.

Aus finanziellen Gründen musste ich, zuerst war es wirklich ein Muss, einen Job suchen. Da ich nicht wusste was, wie und wo, stresste mich das ziemlich! Wie war das noch einmal mit Stress vermeiden? Durch Gottes Führung, ich musste fast nichts dazu beitragen, hatte ich innerhalb von ein paar Wochen einen Job auf sicher. In ein paar Tagen werde ich dort anfangen und ich freue mich darauf :-)

Es macht mir Freude, euch aus meinem Leben zu erzählen und euch an meinen Gedanken teilhaben zu lassen. Ich schreibe einfach sehr gerne und einer meiner Träume ist, einmal meine Lebensgeschichte in ein Buch zu bringen. Die ersten vier Seiten habe ich schon geschrieben...

Bis zum nächsten Mal...

16. November 2016: Auf und Ab

Am Montag musste ich einmal mehr etwas Blut, um die Schilddrüsenwerte zu messen, abzapfen lassen. Ab sofort darf ich jetzt keine Schilddrüsenhormone mehr schlucken und in einem Monat muss ich das Blut wieder kontrollieren lassen. Da soll einer noch nachkommen... Das Auf und Ab soll ja bei Morbus Basedow bekanntlich normal sein und da sich die Schilddrüse nach der Radiojodtherapie nicht gleichmässig abbaut, wird das wohl auch normal sein... Anfangs Januar 2017 wird dann die Schilddrüse noch mit Ultraschall angeschaut und danach alles besprochen. Langsam habe ich genug von Blut "spenden" und all den Arztbesuchen! Ist ja eigentlich nicht schlimm und es gibt Schlimmeres, aber man muss immer einen Termin abmachen und sich zum Hingehen aufraffen. Ein bisschen Ruhe in all dem "Arztrummel" wäre schon schön. Nur einen kleinen Einblick in die nächsten Wochen: 1.12. (Frauenärztin), 14.12. (Zahnarzt), 27.12. (Blut abnehmen), 4.1. (Ultraschall und Besprechung), ???. Ich musste alle Termine abmachen, obwohl ich noch nicht wusste, wann ich arbeiten werde...

Heute lass ich unter anderem in meiner Bibel Jakobus 1, 2: Liebe Brüder, wenn in schwierigen Situationen euer Glaube geprüft wird, dann freut euch darüber. Da ich gerade nicht nur mit der Krankheit zu "kämpfen" habe, sondern noch weitere herausfordernde Situationen erlebe, freue ich mich nicht immer. Hingegen freue ich mich daran, dass ich Gott in all den Situationen mehr suche, mehr mit ihm rede, näher an seinem Vaterherz bin, als auch schon. Muss auch sagen, dass mein Vertrauen zu Gott, genau in solchen schwierigen Situationen, gestärkt wurde/wird. In letzter Zeit merke ich, dass ich nahe am Wasser gebaut bin und ziemlich schnell, es kann nur ein Wort sein, zu weinen anfangen. Nicht aus Traurigkeit, sondern aus Dankbarkeit.

18. Dezember 2016: Jahresrückblick

Bis zum neuen Jahr sind es noch ein paar Tage und Weihnachten steht auch kurz vor der Tür. Aber dies hält mich nicht davon ab, mir über das vergangene Jahr Gedanken zu machen. Es war ein Jahr mit verschiedensten Herausforderungen mit Berg- und Talfahrten. Von Herzen weiss ich, dass mich Gott durch all die Herausforderungen hindurch getragen hat. Auch wenn ich da sass und nur noch einen unbezwingbaren Berg vor mir sah, wusste ich zutiefst im Herzen, dass Gott mit mir vor diesem Berg steht und irgend eine Lösung auf Lager hat, um diesen Berg zu bezwingen. Während diesen Herausforderungen flossen mir aus Angst, aus Sorge, aus der Ungewissheit,... aber auch aus Dankbarkeit immer wieder Tränen runter. Nur schon durch lieb geschriebene Worte konnte ich wie ein Schlosshund aus Berührung weinen.

Dass ich seit vier Wochen einen super Job habe und es mir gesundheitlich wieder gut geht, ist für mich nicht selbstverständlich, sondern reine Gnade. Normalerweise arbeite ich 50% als Hausangestellte in einem Chalet, aber im Moment sind es eher 100% und ich bin froh, wenn ich mich über den Mittag eine Stunde hinlegen kann, damit meine Kräfte am Nachmittag auch noch reichen. Am Abend schaue ich, dass ich spätestens um 22.00 Uhr schlafe, da ich um 06.15 Uhr wieder aufstehen muss. Zur Arbeit gehe ich mit viel Freude und freue mich jeweils auf die anderen Hausangestellten. Wir sind fast wie eine Familie.

Nun bin ich gespannt, was Gott für mich im 2017 bereit hält...

6. Januar 2017: Erster Arztbesuch im 2017

Das neue Jahr ist erst sechs Tage alt und ich war schon am vierten Tag des neuen Jahres bei meiner Hausärztin zum Ultraschall und zur Besprechung. Meine Schilddrüse arbeitet wieder zu viel und ich muss wieder drei Mal am Tag bis auf weiteres je eine Tablette von Néo-Mercazole 5mg (Schilddrüsenhormonhemmer) nehmen und eine weitere Radiojodtherapie steht auf dem Programm! Auf dem Ultraschall sah ich meine aufgedunsene Schilddrüse, was typisch für Morbus Basedow sei. Mit diesem Bericht ging ich direkt zur Arbeit. Da ich die letzten drei Wochen mehr oder weniger zu 100% arbeitete, war ich nebst diesem eher negativen Bericht auch ziemlich müde und von daher war an diesem Tag mein körperliches und psychisches Befinden nicht auf dem Höhepunkt. Mein Gedanke war dabei: Lasst mich einfach alle in Ruhe!!!

In der darauffolgenden Nacht erwachte ich um 04.00 Uhr und konnte kaum mehr einschlafen, weil sich meine Gedanken drehten: Warum muss ich noch einmal eine Radiojodtherapie machen? Wie lange muss ich dieses Mal im Spital bleiben? Wie verkraftet das meine Familie? Reicht die Kraft zum Arbeiten? ...

Am 18. Januar muss ich wieder meine Schilddrüsenwerte bestimmen lassen. Das heisst einmal mehr, den Arm hinzuhalten um gestochen zu werden. Für dieses Jahr habe ich meine Krankenkasse-Franchise aufs Minimum gesenkt und werde sie wohl schon nach diesem Monat geknackt haben!

31. Januar 2017: Danke

Der Januar flog nur so an mir vorbei und morgen ist schon wieder Februar! Vieles ging mir in der vergangenen Zeit durch den Kopf, mein Herz ist voller Dankbarkeit und sehnt sich nach Ruhe. Einfach bei Gott zu sein und seine Gegenwart zu geniessen. Einfach sein und nichts tun. Wie herrlich...

Dank den Schilddrüsenhemmer-Tabletten bin ich nach der Arbeit nicht gleich wieder so müde - ein bisschen schon, aber es reicht noch, um etwas zu Hause im Haushalt zu machen :-). Wenn ich zu Hause ein Chaos habe, ist mir nicht wohl. Im Grunde genommen habe ich gerne Ordnung, aber ich musste auch lernen, einmal etwas liegen zu lassen und zu mir zu schauen. Chaos hin oder her.

Meine Schilddrüse ist nach wie vor in der Überfunktion :-). Und ich warte jetzt auf das Aufgebot vom Inselspital für die weitere Radiojodtherapie... Da mache ich mir auch meine Gedanken dazu: Wann wird es soweit sein? Auf was muss ich wieder verzichten? Wie geht meine Familie damit um? Wie gehe ich damit um? Wie lange muss ich dieses Mal in Bern bleiben? Wie sieht es mit der körperlichen Kraft nach der Radiojodtherapie aus? Reicht die Kraft zum Arbeiten? Fragen über Fragen...

Letzthin habe ich mir überlegt, dass meine Schilddrüse eigentlich richtig reagiert, in dem sie mehr Hormone produziert, um den Eindringling fernzuhalten. Fälschlicherweise hat sie nur das Gefühl, dass mein Immunsystem der Eindringling sei! Einfach ausgedrückt: Irgendwo ist eine Fehlschaltung passiert! Das Ganze ist doch wesentlich komplizierter als es hier tönt... Gott hat da den völligen Überblick und ich vertraue ihm nach wie vor, dass er diese Fehlschaltung beheben kann!

Jesus, ich danke dir, dass du mein Arzt und Heiler bist. Bin aber auch für die Medizin dankbar. Danke, dass du mich bis heute durch diese Krankheitszeit getragen hast und mich schon manches gelernt hast. Danke, dass du mit mir auf diesem etwas mühsamen Weg bist. Amen.

Bevor mir die Augen vollends zufallen, schreibe ich ein anderes Mal weiter...

12. Februar 2017: Gott ist einfach gut :-)

I säges zu mir sälber. Der Herr isch guet. Är lat mi nie im Stich. I sages mire Zuekunft. Der Herr isch tröi. Är tuet was Är verspricht. Mini Gefühl erinneri dra, dass i im Gloube vorwärts ga. Mim Verstand rüefeni zue, dass Gott, der Herr zu mir wird sta. Lob der Herr - i dim Zwiffl. Gib ihm d Ehr - im tröi Bliibe. Lueg uf ihn - we du nüm wyter ggesch. Priis Si Sieg - i dim Kämpfe. Dank ihm lut - trotz de Dämpfer. Lob der Herr, mini Seel - grad jetzt! Mini Ängscht wiseni zrugg, wüu Gottes Hand mi sicher länt. Mine Sorge macheni klar, dass min Versorger a mi dänkt. Dän Zeltner

Vor einer Woche war ich am Konzert von Dän Zeltner. Besser gesagt, es war ein bewegter Lobpreisabend. Was kann das Eintauchen in Gottes Gegenwart noch übertrumpfen? Nichts! Ich genoss, trotz all den momentanen Herausforderungen in meinem Leben, diese 1,5 Stunden mit dem König der Könige. Es tat einfach so gut in seiner Liebe zu baden und Ihm alle Ehre zu geben. Ja, Er ist in allen Lebenslagen gut zu mir und er hat mich noch nie im Stich gelassen. Ja, er ist treu zu mir und tut was er verspricht. In meinen Zweifeln, in meinem nicht mehr weiter sehen, in meinen Kämpfen, in meinen Ängsten, in meinen Sorgen,... ist er da und begleitet mich darin. Was für ein Vorrecht und Privileg.

Im Moment bin ich körperlich, aber auch etwas psychisch am Limit und könnte schon wieder schlafen... Manchmal frage ich mich schon, wann wird die ganze Geschichte mit der Krankheit Morbus Basedow ein Ende nehmen. Wieviel G E D U L D brauche ich noch? Für was soll das alles gut sein? ...? Eines kann ich von Herzen sagen: Ohne diese Krankheitsgeschichte wäre meine Beziehung und Freundschaft mit dem allerbesten himmlischen Vater nie so tief geworden, wie sie heute ist.

Morgen gehe ich zum x-ten Mal die Blutwerte testen... Bin ja gespannt was da raus kommt. Eigentlich möchte ich noch mit meiner Ärztin über meine Arbeitssituation versus

Krankheit sprechen. Aber ich weiss nicht, ob sie mich morgen nach der Blutabnahme noch reinquetschen kann. Sonst dann eben bei der Blutwertbesprechung. Mal schauen... In den letzten Wochen habe ich mir wohl etwas zu viel zugemutet und muss gerade wieder lernen, nein zu sagen, "das Boot nicht zu überladen" und auch zu mir selber zu schauen. Fällt mir nach wie vor nicht leicht...

Wenn es darum geht, aus meinem Leben mit Gott zu erzählen, einen Lobpreis- oder Gebetsabend zu leiten, himmlische Bilder (www.himmelsbilder.jimdo.com) zu "malen", etwas zu schreiben oder über meine Lieblingsthemen zu reden, da blühe ich auf und darauf möchte ich auch nicht verzichten. Alles andere muss hinten anstehen und warten.

13. Februar 2017: Arztbesuch zum ??-Mal...

In den letzten paar Nächten sind mir jetzt noch die Hände/Arme eingeschlafen. Jetzt weiss ich auch warum. Heute morgen früh, ich kam kaum aus dem Bett, musste ich schon Blut abzapfen lassen. Ist ja nicht weiter schlimm und es lief auch gut. Danach konnte ich Gott sei Dank noch kurz mit meiner Hausärztin sprechen. Der Blutdruck war/ist zu hoch und dafür muss ich jetzt am Morgen Inderal 40mg (Beta-Blocker) schlucken. Nach dem Mittag teilte sie mir mit, dass ich eine massive Schilddrüsenunterfunktion habe und ab sofort kein Carbimazol 5mg (Schilddrüsenhormonhemmer) mehr schlucken darf! Jetzt weiss ich auch, warum ich im Moment so schwerfällig durch den Alltag gehe und merke es auch bei der Arbeit, dass es mir schon leichter von der Hand ging. Gebe mir aber alle Mühe und mein Bestes! Da muss ich wohl oder übel mit Gott zusammen durch. Es kann nur noch besser werden, obwohl meine Ärztin meinte, wenn ich vor dem nächsten Termin bei ihr nur noch zu jammern hätte, dann soll ich mich bitte bei ihr melden... Der nächste Termin ist Gott sei Dank schon in einer Woche und da heisst es wieder: Blut abzapfen :-(und Blutdruck messen!

Diese Auf und Abs zerran an einem. Morbus Basedow ist wirklich eine mühsame Krankheit! Aber ich will nicht jammern, bei anderen Krankheiten geht es um Leben und Tod. Vor einigen Hundert Jahren wäre ich wohl daran gestorben, weil man das Krankheitsbild noch nicht kannte, oder wenn ich letzten Frühling noch länger gewartet hätte und nicht zur Ärztin gegangen wäre, hätte es auch böse enden können...

14. Februar 2017: Schreiberitis

Es treibt mir gerade Tränen aus den Augen... Tränen der Dankbarkeit, Tränen der Belastung, Tränen der Freude, Tränen der Traurigkeit,... Tränen begleiten mich schon mein Leben lang und erlebe immer wieder, wie heilsam, wie befreiend,... sie sind. Wenn sie kommen, dann kommen sie und ich lasse sie meistens auch zu.

Heute habe ich von 8.00 Uhr bis 12.45 Uhr gearbeitet und mein Körper fühlt sich ziemlich müde und schwer an. Im Moment überlasse ich meinen Haushalt meinen Kindern und meinem Mann. Ich habe gerade einfach keine Kraft dazu. Ich bete und hoffe, dass sich dies bald wieder ändern wird. So liege ich auf dem Sofa rum und gehe meiner Leidenschaft, dem Schreiben nach. Die Sonne scheint auch noch zum Fenster rein - wie schön :-)

Da mein Mann und ich schon seit längerem mit dem Thema Pornografie unterwegs sind, komme ich fast nicht mehr herum, davon auch noch in meinem Blog zu schreiben.

Nächste Woche treffe ich mich das erste Mal mit einer jungen Frau zu diesem Thema und ich werde sie darin begleiten. Ich freue mich darauf und wir sind beide gespannt, wie das raus kommt :-) Gott hat mir schon einige Ideen geschenkt.

5. März 2017: Auf und Ab

Da bin ich wieder :-) Wie die Zeit vergeht... Seit dem letzten Blogeintrag geht es mir gesundheitlich wieder etwas besser. Im Februar und besonders in einer Woche, wo meine Schilddrüse im tiefen Keller der Unterfunktion war, ging es mir körperlich und psychisch nicht gut. So eine Zeit wünsche ich niemandem! Am liebsten hätte ich mich in einem Mäuseloch verkrochen und ein Schild mit bitte nicht stören, vor das Loch gestellt! Meine Kraft in den Händen, Armen und Beinen waren an einem kleinen Ort und war bei der Arbeit dementsprechend mühsam. Jedes Wort zu mir war schon zu viel! Ich erlitt kaum etwas und hätte dauernd nur weinen können... Das war eine Jammer - Woche! Was die Schilddrüse so alles anstellen kann - unglaublich!

Im Moment ist die Schilddrüse wieder in der Überfunktion! Ehrlich gesagt, habe ich vom Auf und Ab langsam genug! Durch eine zweite Radiojodtherapie sollte sich das dann in (weiter) Zukunft ändern. Wann wird der Tag kommen, an dem ich wieder völlig gesund bin? Ich weiss es nicht. Im April ist es dann ein Jahr her, seit der Diagnose Morbus Basedow und ich wünsche mir nicht noch einmal ein solches Jahr! Hingegen möchte ich all die tiefen Begegnungen, Berührungen, Erlebnisse,... mit Gott im vergangenen Jahr mit nichts auf dieser Welt tauschen. Tief im Herzen weiss ich, dass Gott durch jede Situation und Herausforderung mitkommt und mich nie im Stich lässt. Aber auch einmal habe ich genug von Herausforderungen, obwohl ich weiss, solange ich auf dieser Welt lebe, es Herausforderungen geben wird. Da stellt sich wohl eher die Frage, wie ich mit all den Herausforderungen umgehen werde...

Gestern Abend war ich am Toby Meyer Konzert (Mini Gschicht mit Gott). Geschichten, die das Leben schreiben, berühren mich immer wieder. Meine Geschichte mit Gott würde ein Buch füllen und ich möchte nicht nur davon träumen ein Buch zu schreiben, sondern es auch tun. Ein paar Seiten vom Buch sind schon gefüllt, aber es hat noch viele leere Seiten die noch gefüllt werden müssen. Ich hoffe und bete, dass ich eines Tages wirklich ein Buch mit meiner Geschichte in den Händen halten kann und das viele Leser durch das Lesen von Gott berührt werden. Ist aber noch ein weiter Weg...

11. März 2017: Gott ist einfach gut :-)

Gott ist einfach so gut :-) Innerhalb von einem Monat hat Er mir drei neue himmlische Bilder, welche ich von Herzen weiterverschenkt habe, aufs Herz gelegt. Mir kommt es so vor, als habe mir Gott meine Kreativität neu geschenkt, denn über ein Jahr lang lag sie brach. Freue mich schon auf das nächste himmlische Bild von Gott, welches ich "malen" darf. Inzwischen fehlen mir aber noch neue Keilrahmen, auf denen ich meiner Kreativität freien Lauf lassen kann. Ich wünsche mir einfach, dass Gott meine Bilder braucht, um Herzen zu berühren.

Ende April wird bei uns in der Gegend eine Evangelisation stattfinden. Da ich vor 20 Jahren mein Leben an einer Evangelisation Jesus anvertraut habe, konnte ich nicht anders als bei den Vorbereitungen mitzuhelfen. Da konnte ich einfach nicht nein sagen. Letzten Donnerstag hatte ich die Leitung am Gebetsabend für die Evangelisation und auch da habe ich gestaunt, wie Gott mir schon lange zum Voraus Gedanken für den Einstieg geschenkt hat. Für mich war es ein ermutigender Abend, nicht weil ich die Leitung hatte, sondern weil der Heilige Geist durch die Gebetszeit geführt hat. Es berührt mich auch immer wieder, wenn Christen aus den verschiedensten Gemeinden vor Gottes Thron zusammenkommen und gemeinsam für eine Sache im Gebet eintreten.

Im Himmel interessiert es dann niemanden mehr, aus welcher Gemeinde man gekommen ist! Freue mich schon auf den nächsten Gebetsabend. Mein Herz schlägt sowieso für die Fürbitte und ich finde es so spannend...

Am Montag werde ich freiwillig ein Gespräch mit meiner Hausärztin, wegen der Radiojodtherapie haben. Meine Chefin hat da noch ein paar Fragen dazu, weil eine weitere Angestellte schwanger ist und natürlich wäre sie froh (ich auch), wenn sie wüsste, wann und wie lange ich bei der Arbeit ausfallen werde. Verstehe ich natürlich sehr gut. Wann die Radiojodtherapie sein wird, kann mir meine Hausärztin wohl auch nicht sagen, weil die Termine, die werden vom Inselspital aus direkt mit mir abgemacht. Aber die in Bern sind da etwas langsam...

12. März 2017: Wunder

Ich muss mich immer wieder bewusst entscheiden, nicht nur auf den Riesen Krankheit zu schauen, sondern auf Gottes Möglichkeiten. Klar frage ich mich, warum ich immer noch mit der Krankheit durchs Leben muss und warum Gott nicht schon längst ein Wunder der Heilung geschenkt hat. Ich weiss es schlicht und einfach nicht. Er hat die grössere Perspektive als ich. Aber ich will in all dem, all die Wunder in meinem Leben und um mich herum nicht aus den Augen verlieren und mich darüber freuen :-) Freue ich mich wirklich, wenn Gott Kranke heilt und mich nicht? Ich will mich freuen, aber tief im Inneren macht es etwas mit mir, weil ich doch auch sehr gerne wieder ganz gesund wäre.

Meine Wunderbücher sind voll von Gottes Wundern in meinem Leben. Mit 17 Jahren durfte ich mein Leben Gott anvertrauen. Ich hätte mich auch ganz und gut gegen ihn entscheiden können, weil ich Gott die Schuld am Tod von meiner Mutter hätte geben können. Was ich aber Gott sei Dank nie getan habe. Damals, nach dem meine Mutter von einer Minute auf die andere nicht mehr da war, da war ich erst 12 Jahre alt, hat mich meine "Grasskifamilie" durch diese schwere Zeit getragen. Da kannte ich Gott noch nicht, aber inzwischen weiss ich, dass er schon damals bei mir war und mich vor "Abstürzen" bewahrt hat. Die Trauerarbeit kam dann erst Jahre später... Als Scheidungs- und Halbwaisenkind träumte ich von einer eigenen Familie, welche mir Gott mit meinem lieben Mann und unseren drei Mädchen schenkte. Obendrauf schenkte er mir noch verschiedene "Gemeindefamilien". Unsere Gemeinde bedeutet mir sehr viel und ich fühle mich dort zu Hause. Dort darf ich so sein wie ich bin, mit all meinen Schwächen und Stärken. Es gäbe noch so viele Wunder aus meinem Leben zu erzählen...

28. März 2017: „Zeugnis-Predigt“

Im Januar genoss ich ein paar Stunden auf der Skipiste und während ich die Piste unsicher machte, formte sich in meinen Gedanken eine "Predigt" zum Thema Schulden-Schuld. Am Abend setzte ich mich vor den Laptop und im Nu füllten sich die Seiten. Meine Finger flogen nur so über die Tastatur. Da war der Heilige Geist am Werk! In mir wuchs der Wunsch, dass ich diese "Predigt" einmal, wann auch immer, bei uns im Gottesdienst erzählen darf. Diesen Wunsch gab ich Gott ab und am nächsten Morgen las ich aus Matthäus 7,7: Bittet Gott, und er wird euch geben! Sucht, und ihr werdet finden! Klopf an, und euch wird geöffnet! Da wusste ich, dass einmal die Tür zum Erzählen aufgehen würde... Letzten Sonntag war es dann soweit :-) Ich durfte meine "Zeugnis-Predigt" erzählen:

Ende letzten Sommers standen wir vor einem Schuldenberg. Im wahrsten Sinn des Wortes: Die unbezahlten Rechnungen und Mahnungen stapelten sich langsam zu einem Papierberg und wir standen vor diesem Berg und wussten nicht mehr weiter...

Schliesslich mussten wir uns eingestehen, dass wir es alleine nicht schaffen werden, diesen Schuldenberg abzubauen und Hilfe von aussen brauchen.

Schulden - Schuld tönt sehr ähnlich und ich entdeckte einige Gemeinsamkeiten. Wenn wir mit Schuld durchs Leben laufen, kann uns diese Schuld niederdrücken, so wie uns die Schulden niedergedrückt haben. Jedes Mal, wenn wir uns etwas geleistet haben, wie zum Beispiel die Ferien in der Toscana, hatten wir ein schlechtes Gewissen, weil wir wussten, dass wir eigentlich unsere Schulden angehen sollten und nicht noch mehr ausgeben sollten.

Schuld in meinem und deinem Leben kann uns auch ein schlechtes Gewissen machen. Ich mache zum Beispiel Dinge, die ich nicht machen möchte, sage Dinge, die ich nicht sagen möchte, denke Dinge, die ich nicht denken möchte, mache, sage und denke sie aber trotzdem und am Schluss habe ich ein schlechtes Gewissen.

So standen wir vor unserem Schuldenberg und plötzlich kam mir in den Sinn, dass uns jemand einmal erzählt hat, dass er einen Schuldenberater kennt und sich mit Schulden auskennt. Ich nahm mir dann allen Mut zusammen und schrieb dem Schuldenberater von unserer Situation. Schlussendlich landeten wir bei ihm auf der Fachstelle für Schuldensanierung in Thun und mussten alle Zahlen auf den Tisch legen. Da fühlten wir uns ziemlich „nackt“ und schämten uns.

Mit unseren Schulden haben wir uns einer Fachstelle für Schulden gewannt und genau so können wir mit einer Schuld im Leben zu Gott kommen, denn wer ist mehr vom Fach, was Schuld angeht, als Gott. Aus lauter purer Liebe hat Gott seinen einzigen Sohn Jesus Christus – stellt das euch Mal vor – seinen einzigen geliebten Sohn hat Gott auf die Erde geschickt, damit er schlussendlich wegen meiner und deiner Schuld schmerzvoll, aber aus lauter Liebe am Kreuz hingerichtet wurde. Er nahm all unsere Schuld auf sich, damit wir nicht länger mit erdrückender Schuld durchs Leben laufen müssen. Wir dürfen mit jeder Schuld, jedem schlechten Gewissen, jeder Scham, jeder Angst,... zum Kreuz kommen, Jesus davon erzählen und Ihn um Vergebung bitten und alles bei ihm beim Kreuz lassen und als Befreite weiterziehen. Welch ein Vorrecht.

Für uns ist es auch ein Vorrecht, dass wir mit unseren Schulden zu einem Schuldenberater gehen konnten und mit Ihm zusammen einmal unsere finanzielle Situation anschauen und besprechen konnten. Uns hat es in dem Sinn befreit, dass wir Licht in diese dunkle Situation gelassen haben und ehrlich zu uns selber waren. Die Konsequenz unserer Schulden ist, dass ich mir einen Job suchen musste, damit wir überhaupt unsere Schulden sanieren können. Für mich war es wirklich ein Muss, denn ich wusste weder was noch wo und hatte meine Bedenken, ob ich Arbeit, Familie und Gesundheit unter einen Hut bringen werde. Durch Gottes geniale Führung hatte ich innerhalb von einem Monat eine Arbeitsstelle als Hausangestellte und Gott verwandelte das Muss in Freude um. Bis heute gehe ich mit Freude an die Arbeit und Er hat mir bis jetzt immer die nötige Kraft zum Arbeiten geschenkt.

Wenn wir Gott um Vergebung bitten, so vergibt er uns noch so gerne. Aber manchmal hat eine Schuld auch Konsequenzen und wir müssen uns vielleicht bei jemandem entschuldigen, jemanden um Vergebung bitten, Hilfe in Form von Seelsorge in Anspruch nehmen, Gewohnheiten ändern,...

Dank einem grosszügigen Darlehen konnten wir unseren Schuldenberg bis Ende 2016 ebnen und alle Rechnungen konnten bezahlt werden. Jetzt sind wir dran, Monat für

Monat das Darlehen zurückzubezahlen, leben mit einem Freibetrag pro Monat fürs Essen, Trinken, Kleider, Schuhe, Diesel, Internet und Co und der Schuldenberater verwaltet unsere beiden Löhne und bis wir das Darlehen zurückbezahlt haben. Wir sind zuversichtlich, dass wir langsam unsere Finanzen in den Griff bekommen und nicht mehr die Finanzen uns und haben schon einiges daraus gelernt! Aber es liegt noch ein Weg vor uns...

Wir haben den Schritt auf den Schuldenberater zu bis jetzt nie bereut, auch wenn dieser Schritt sehr herausfordernd ist. Auch wenn es immer wieder „Mut“ braucht, direkt in der Fachstelle zu erscheinen oder dort anzurufen. Da gehen einem schon die einen und anderen Gedanken durch den Kopf.

Bis jetzt habe ich auch noch keinen Schritt auf Gott zu, bereut, auch wenn es ein paar herausfordernde waren, was meine eigene Schuld angeht. Aber was gibt es schöneres als Vergebung von Gott zu empfangen, nicht verurteilt zu werden und trotz allem, sich von Gott geliebt zu wissen, auch wenn ich immer wieder Mist baue. Und Gott macht ja bekanntlich aus Mist Dünger!

Dazu möchte ich euch noch ein Bild weitergeben. Es ist nicht von mir, aber für mich sagt es so viel aus: Wer einen Garten hat, der sticht die Erde im Frühling um und der Mist wird darin vergraben und Gott lässt aus dem Mist heraus die allerschönsten Dinge, wie orangene knackige Karotten, feine rote Erdbeeren, rote saftige Tomaten,... entstehen. Und ist es nicht auch ein bisschen so in unserem Leben? Aus unserem Mist wächst Neues hervor, aber nur wenn wir bereit sind „umzustechen“ und den Mist zu vergraben. Und irgendwann löst sich der ganze Mist auf und wir vergessen ihn und freuen uns nur noch ab dem Neuen das entstanden ist!

-> Vielleicht hast du auch irgendwelche erdrückende Schuld/Mist in deinem Leben. So warte nicht länger und bringe deine Schuld, deinen Mist ans Kreuz und erzähle Jesus davon – Er weiss es sowieso schon. Er freut sich riesig, wenn wir mit unserer Schuld und unserem Mist zu ihm kommen. Er wartet sehnlichst darauf... Ich glaube, dass wir Christen oft das Gefühl haben, dass wir nicht schwach sein dürfen. Aber genau dann, wenn wir unsere Schwächen zugeben sind wir Stark!

Ich merke immer wieder, dass es mir Freude bereitet, aus meinem Erleben mit Gott vor Leuten zu erzählen. Während meiner 16jährigen Jungschar-Karriere habe ich unzählige Andachten gehalten und das war mein Herzstück der Jungschararbeit :) Andachten vorbereiten und halten ist das was am meisten vermisse :(

Am Sonntag vor einer Woche, da wusste ich noch nicht, dass ich am nächsten Sonntag meine "Zeugnis-Predigt" erzählen darf, habe ich Gott gesagt, dass ich im "predigen" gerne wachsen möchte, aber dass er mir dann auch Gelegenheiten dazu schenken möge! Denn ich möchte mich nirgends aufdrängen.

30. März 2017: Fenster zum Sonntag

In letzter Zeit dreht sich bei mir nicht mehr alles um die Krankheit. Im Moment geht es mir mit 5mg Carbimazol (Schilddrüsenhormonhemmer) pro Tag recht gut. Nach 4-5 Stunden Arbeit am Morgen/Mittag freue ich mich jeweils schon auf mein Bett, um darin ein Nickerchen zu machen. Sonst wird der Tag ziemlich lang oder besser gesagt kürzer, weil ich dann früh am Abend schlafen gehen muss!

Noch zurück zu meiner "Zeugnis-Predigt": Letztes Wochenende kamen im Fenster zum Sonntag (www.sonntag.ch) zwei berührende Geschichten zum Thema Schuld! Mich haben sie in dem Sinne berührt, weil mir aus meiner eigenen "Lebensgeschichte" sehr

viel bekannt vor kam und weil ich auch genau an diesem Sonntag über das Thema Schulden - Schuld erzählt habe!

Ob Spielsucht oder Pornosucht - jede Sucht hat ähnliche Züge: Mit was auch immer, versuche ich meine innere Leere zu füllen, versuche ich Stress abzubauen, Erholung zu suchen,... Mit der Zeit habe ich die Sucht nicht mehr unter Kontrolle und fange an zu lügen... Bis ich an den Punkt komme, wo ich Hilfe in Anspruch nehmen will und mich somit outen muss... und erkennen darf, dass nur Gott meine innere Leere mit seiner unendlichen Liebe auffüllen kann.

Finanzielle Schulden eingestehen und offenlegen hat wirklich etwas mit nackt sein zu tun. Aber Gott sei Dank gibt es Fachstellen (www.schuldensanierung-fss.ch) die einem bei einer Schuldensanierung begleiten und unterstützen.

Durch die beiden Themen Sucht/Schulden habe ich gelernt, einfach alles offen auf den Tisch zu legen und transparent zu sein. Denn nur so kommt man im Leben weiter...

Wenn ein geliebter Mensch von jetzt auf gleich tödlich verunfallt, wird es nie mehr so sein, wie es war! Unter Schock lebt man irgendwie weiter und je nach dem, schützt man sich, in dem man dem Unfassbaren ausweicht...

Während dem Grundkurs an der Schule für Heilung (www.sfhg.ch) lernte ich offen über meinen Schmerz des frühen Todes meiner Mutter zu reden, mit Gott hinzuschauen und zurückzuschauen... Heute habe ich darüber Frieden im Herzen, obwohl ich meine Mutter nach wie vor vermisse...

So, das waren meine Gedanken zur Sendung Fenster zum Sonntag vom vergangenen Wochenende.

1. April 2017: Wie erklärt man Morbus Basedow verständlich?

Nach einer strengen und intensiven Arbeitswoche genieße ich die Ruhe zu Hause. Der Rest meiner Familie ist im "Ausgang" und ich bin dazu zu müde. Bevor ich aber ins Bett versinke, will ich noch ein paar Zeilen schreiben.

Heute Nachmittag hatte ich zwei Begegnungen mit Frauen, die auch ihre lieben Probleme mit der Schilddrüse haben! Jede von uns dreien hat ein anderes Krankheitsbild, aber jede hat schon eine Radiojodtherapie hinter sich. Von daher verstehen wir, wovon die andere spricht! Der einen Frau versuchte ich die Krankheit Morbus Basedow zu erklären... Ist gar nicht so einfach. Im Internet fand ich für mich eine verständliche Erklärung dazu:

Der Morbus Basedow ist eine Autoimmunerkrankung, die die Schilddrüse betrifft. Wie alle Autoimmunerkrankungen ist der Morbus Basedow nicht heilbar und besteht ab Erstmanifestation bis zum Lebensende. Behandelt werden können nur die Symptome bzw. die Überfunktion der Schilddrüse. Letztlich kann die Schilddrüse durch Operation oder Radiojodtherapie ausgeschaltet werden. Sie stellt aber nicht die Verursacherin der Erkrankung dar und ist eigentlich nur "Opfer".

Die Ursachen, die zum Entstehen eines Morbus Basedow führen, sind noch nicht vollständig aufgeklärt. Es kann aber davon ausgegangen werden, dass ein genetischer Defekt des Immunsystems eine wichtige Rolle spielt. Patienten mit einem Basedow verfügen häufig über eine relative Stressintoleranz. Insbesondere wenn dann reale Stressereignisse vorliegen, kommt es typischerweise zu einem Ausbruch eines akuten Schubes des Morbus Basedow!

Auch wenn der Morbus Basedow medizinisch gesehen nicht heilbar ist, glaube ich nach wie vor daran, dass Gott diesen "Gendefekt" heilen kann. Er kennt sich ja am Besten mit Unmöglichem aus und kann daraus Mögliches machen :-)

2. April 2017: Ermutigung

Heute habe ich das Buch von Judith und Johann Rempel (Brustkrebs - Und plötzlich ist alles anders) zu Ende gelesen. Als mein Mann den Titel des Buches sah, fragte er mich, warum ich gerade dieses Buch gekauft hätte. Gute Frage. Mich hat der Buchbescrieb sehr angesprochen: ... Judith Rempel schreibt sehr persönlich und bewegend, wie sie mit ihrer Krankheit umging und sich trotz aller Angst und Schmerzen von Gott getragen wusste...

Vor einem Jahr hätte ich noch einen weiten Bogen um dieses Buch gemacht! Da hatte ich vor jeder Krankheit Angst! Inzwischen hat mir Gott die Angst vor Krankheiten genommen. Klar wünsche ich mir keine Krebskrankheit - wer wünscht sich das schon nicht!

Das Geschriebene zwischen den zwei Buchdeckeln hat mich neu ermutigt, in allen Lebenslagen an Gott festzuhalten und Ihm bedingungslos zu vertrauen. Egal ob es stürmt oder ob die Sonne scheint. Er trägt mich durch jede Wetterlage :-)

12. April 2017: 10 000 Gründe

Heute Morgen musste ich einmal mehr nach Bern ins Inselspital zur Kontrolle. Zwei neue Einstichstellen zieren meinen Arm. Wie oft wurde ich wohl schon gepikst? Leider habe ich keine Striche an die Wand gemalt ;-) Ich weiss es schlicht und einfach nicht. Meine Schilddrüse ist immer noch zu aktiv, das heisst, dass sie immer noch in einer Überfunktion ist und ich weiterhin 5mg Carbimazol pro Tag nehmen muss. Die Blutwerte, die Ultraschallbilder und das Szintigrafie-Bild werden meiner Hausärztin geschickt und dann schaut sie mit mir, wie die Therapie weiter verläuft... Der Arzt in Bern meinte inzwischen auch, dass es gut wäre, wenn ich noch eine weitere Radiojodtherapie machen würde, damit ich von der Überfunktion und dem Carbimazol wegkomme. Das sagt ja meine Hausärztin schon länger...

In den letzten Tagen las ich das Buch 10 000 Gründe - Geschichten von Hoffnung, Wundern und verwandelten Herzen von Matt Redman. Die Geschichten haben mich tief und zu Tränen berührt. Wenn Menschen im Angesicht des Leides, Todes,... ein Lied der Anbetung und des Lobes in ihrem Herzen und auf ihren Lippen haben und nicht anders können als Gott von Herzen zu Danken, ihn anzubeten und ihn zu loben, das bewegt mich und macht mich zugleich nachdenklich.

**Komm und lobe den Herrn, meine Seele sing,
bete den König an.**

**Sing wie niemals zuvor, nur für Ihn,
und bete den König an.**

**Ein neuer Tag und ein neuer Morgen,
und wieder bring ich dir mein Lob.**

**Was auch vor mir liegt und was immer auch geschehen mag:
lass mich noch singen, wenn der Abend kommt.**

**Komm und lobe den Herrn, meine Seele sing,
bete den König an.**

**Sing wie niemals zuvor, nur für Ihn,
und bete den König an.**

**Du liebst so sehr und vergibst geduldig,
schenkst Gnade, Trost und Barmherzigkeit.
Von deiner Güte will ich immer singen,
zehntausend Gründe gibst du mir dafür!**

**Komm und lobe den Herrn, meine Seele sing,
bete den König an.
Sing wie niemals zuvor, nur für Ihn,
und bete den König an.**

**Und wenn am Ende die Kräfte schwinden,
wenn meine Zeit dann gekommen ist,
wird meine Seele dich weiter preisen,
zehntausend Jahre und in Ewigkeit!**

**Komm und lobe den Herrn, meine Seele sing,
bete den König an.
Sing wie niemals zuvor, nur für Ihn,
und bete den König an.**

19. April 2017 Family Go-Camp 2017

Zum 8. Mal machten wir uns am Gründonnerstag mit Sack und Pack auf den Weg ins Family Go-Camp auf die Meielisalp. Wenn ich an unser erstes Camp mit unseren damals 2, 4 und 7 jährigen Mädchen im Jahre 2009 zurückdenke, da sind Welten dazwischen! Damals noch ohne Auto, dafür mit Zug, Kinderwagen, Windeln, Shoppen, Nuggi, ... und alles hatte irgendwie in unseren zwei riesengrossen Rucksäcken platz. Wir gaben damals ein lustiges Bild ab! Die einen und anderen reden noch heute davon... Wieder zurück in die Gegenwart :-) Wie für viele Ostereier und Osterhasen zu Ostern gehört, so gehört das Family Go-Camp für uns zu Ostern. Gut, im 2015 haben wir ein Camp ausgelassen. Im Herbst 2014, als die Anmeldung kam, hatte ich den Eindruck, dass es im 2015 nicht dran ist, auf die Meielisalp zu gehen. Da wusste ich noch nicht warum. Etwas später wurde ich angefragt, ob ich bei einem Karfreitagsgottesdienst auf einem Dorfplatz mitmachen möchte. Da hatte ich die Antwort, auf meinen Eindruck :-) So machte ich am Karfreitagsgottesdienst mit und durfte ein Zeugnis mitten auf dem Dorfplatz erzählen. War zwar schon etwas komisch, nicht ein Teil vom Family Go-Camp zu sein.

Mit 23 anderen Familien verbrachten wir die Ostertage mit feinem viel zu vielem Essen, gemeinsamen Lobpreiszeiten, Inputs, spielen, basteln, beten, lachen, austauschen, Familienzeiten, Ostermarsch durch Interlaken,...

Von Gott reich beschenkt, gesegnet und ermutigt führen wir wieder nach Hause zurück und freuen uns auf unser 9. Family Go-Camp in einem Jahr :-)

23. April 2017: Zweifel?

Nach einer strengen und etwas nervenaufreibender Arbeitswoche genieße ich noch die letzten paar Stunden von diesem Sonntag mit schreiben, lesen und Nichts tun. In den letzten zwei Tagen habe ich jeweils am Nachmittag je ein Himmelsbild (<http://www.himmelsbilder.jimdo.com>) zum Verschenken gemalt, was mich wieder etwas auf den Boden zurückbrachte und innerlich ruhiger machte. Die Nachricht, dass bei meinem Vater ein Blasentumor gefunden wurde, ging nicht so spurlos an mir vorbei. Ob er gut- oder bösartig ist, kommt noch raus. Meine Gedanken sind oft bei ihm. Eigentlich habe ich genug von Krankheiten, Ärzten, Therapien, Spitälern,... Und da wäre noch die Predigt von heute, die in mir ein paar Fragen auslösten: Ich zweifle nicht daran, dass mit/bei Gott nichts unmöglich ist und dass er sich nie verändert. Ist es aber Zweifel, wenn ich für mich denke, wenn Gott will, dann heilt er mich oder wenn er einen anderen Weg für mich hat, dann heilt er mich nicht übernatürlich. Ich glaube, dass er mich null-komma-plötzlich heilen kann, aber ich glaube auch, dass er die Medizin dazu gebrauchen kann. Ist das Zweifel? Wie viele Heilungsgebete soll ich noch in Anspruch nehmen? Er hat sie ja alle schon gehört und in seiner "Agenda" notiert! Ist es Zweifel, wenn ich genug von Heilungsgebeten habe?

5. Mai 2017: Evangelisation

Mein letztes Wochenende war von der Evangelisation mit Andreas Berglesow geprägt, welcher am 21. Januar 1995 im Krankenhaus in Ust-Bargusin (nördlich der Mongolei) an den schweren Verletzungen eines tragischen Autounfalls stirbt. Er wird in die Leichenhalle gebracht und sieht sich selber in den Himmel "gehen". Eine verrückte Geschichte nimmt ihren Lauf. Fünf Stunden später kehrt er wieder ins Leben zurück. Wenn ich das Wort Evangelisation höre, löst das bei mir Dankbarkeit aus. Am 3. November 1996 entschied ich mich an einer Evangelisation für ein Leben mit Gott und diese Entscheidung bereue ich keine Sekunde. Aber alles der Reihe nach. Als Kind besuchte ich die Sonntagsschule und hörte den biblischen Geschichten zu. Was es sich aber mit Gott und Jesus auf sich hatte, verstand ich nicht. Es waren einfach Geschichten. Als Teenager besuchte ich den biblischen Unterricht, welcher aber nicht sehr viel mit der Bibel zu tun hatte. Brav sass ich die geforderten Gottesdienste ab. Doch das was ich hörte, hatte nichts mit meinem Leben zu tun - glaubte ich auf jeden Fall. Mit der Konfirmation schloss ich meine "Kirchenkarriere" ab. Ich glaubte einfach, dass es einen Gott geben muss und das war auch schon alles. Mein Gott war damals der Sport, welcher mir in dieser Zeit Halt im Leben gab. Während meiner Lehre als Topf- und Schnittblumengärtnerin stellte mir Gott gleich zwei gläubige Arbeitskolleginnen zur Seite! Sie sprachen oft über Gott und die Welt und ich hörte ihnen einfach zu. Mit der Zeit luden sie mich in ihre Jugendgruppe ein und ich ging aus Neugier mit. An einem Sporttag der verschiedenen Jugendgruppen standen alle in einem Kreis und sangen zum Anfang ein Lobpreislied. An das Lied kann ich mich nicht mehr erinnern, aber ich weiss noch genau, wie ich erstaunt war, dass so viele Jugendliche auf einem Sportplatz zusammen singen können. Das hat mich bewegt. Nah dies nah besuchte ich immer öfters die Jugendgruppe und verstand etwas mehr von Gott. Dann stand die besagte Evangelisation vor der Tür, die über eine Woche dauerte!

Einmal mehr ging ich aus Neugier hin, denn unter einer Evangelisation konnte ich mir nichts vorstellen. Wie auch! Ein paar Abende hörte ich zu, wie aus der Bibel und aus dem Leben mit Gott Geschichten erzählt wurden. Damals wusste ich noch nicht, dass meine Freundinnen und bestimmt auch andere für mich gebetet haben, dass ich Gott persönlich kennenlernen. Wie schon erwähnt, sass ich am 3. November 1996, wie die Abende zuvor auf meinem Stuhl und hörte gespannt zu. Da wusste ich noch nicht, dass dieser Abend mein Leben verändern würde. Nach dem der Evangelist seine Predigt beendet hatte, lud er alle ein, die ihr Leben Jesus anvertrauen möchten, nach vorne zu kommen. Ich sass noch immer auf meinem Stuhl und ich hörte mein Herz so laut schlagen, wie noch nie und rutschte ganz unruhig auf meinem Platz hin und her. Heute weiss ich, dass in mir ein Kampf zwischen Satan und Gott herrschte. Gott sei Dank war Gott der Sieger in diesem Kampf! Mir gingen tausend Gedanken durch den Kopf. Plötzlich konnte ich nicht anders, als aufstehen und nach vorne gehen. Gott hat mich regelrecht nach vorne getragen. So übergab ich mein Leben Jesus und hatte keine Ahnung, was dies für mein Leben bedeuten würde. Eines wusste ich aber: Ich will nicht mehr länger ohne diesen Jesus leben! Wenn ich heute die Kassette von diesem Abend höre, frage ich mich schon, was mich damals bewegt hat, um nach vorne zu gehen. Es war einfach der Heilige Geist, der zu meinem Herzen gesprochen hat. Wie er das auch immer angestellt hat. Ich bin ihm dankbar dafür. So fing mein neues Leben mit Gott an :-)

7. Mai 2017: Gott hat einen Plan

Wenn ich innehalte und auf das vergangene Jahr zurückschaue, so wünsche ich mir für das nächste Jahr etwas mehr Ruhe. Mein Mann und ich, wir merken beide, dass wir vom vergangenen Jahr (April 2016 - April 2017) müde sind! Die Diagnose Morbus Basedow, der erste Spitalaufenthalt, die Radiojodtherapie, der Krankheitsverlauf, die Schulden, die 50% Arbeit,... ging/geht nicht ganz spurlos an uns vorbei!

Die letzten paar Tage war ich wieder etwas nahe am Wasser gebaut. Ein Freund von uns hielt diese Woche gleich zwei Vorträge über Pornografie /Sexualität und während ich einer der Rednerskripts von ihm durchlas, rollten mir nur so die Tränen runter, weil ich am liebsten auch an dem einen Vortrag dabei gewesen wäre. Ich merkte einmal mehr, dass mein Herz für diese ganze Thematik schlägt und ich mehr machen möchte, als im Moment möglich ist. Geduld ist gefragt...

Im Moment schwirren mir einige Fragen, was die Zukunft angeht durch den Kopf. In dem Zusammenhang lass ich auf einer Karte folgenden Satz: **"Du brauchst nicht immer einen Plan, manchmal musst du nur hören, vertrauen, loslassen und schauen, was passiert."** Ich glaube daran, dass Gott mir zur richtigen Zeit meine Fragen nach seinem Plan beantworten wird und darauf freue ich mich :-)

25. Mai 2017: Gott kennt mich durch und durch

Die letzten Wochen waren sehr herausfordernd und mühsam. Ich habe ein paar Mal innerlich zu Gott geschrien, weil meine Kraft am Ende war und ich mich am liebsten einfach nur noch im Bett verkrochen hätte! Die Arbeit, die Familie, der Haushalt,... alles war einfach zu viel! Da sah ich nur noch einen unbezwingbaren "Berg" vor mir. Meine Gedanken waren immer wieder: Lasst mich einfach alle in Ruhe!!! Inzwischen hat sich meine Sicht auf den "Berg" etwas verändert. Der "Berg" ist zwar immer noch da, aber er schaut nicht mehr so bedrohlich aus.

Letzte Woche habe ich im Inselspital angerufen, damit ich endlich mit dem Arzt einen Termin für die zweite Radiojodtherapie abmachen konnte. Er meinte zum Anfang, dass ich schon lange bei seinem Computer läge, er aber bis jetzt keine Zeit fand um mich anzurufen... So muss ich jetzt am 4./5. September jeweils am Morgen zur Voruntersuchung in die Nuklearmedizin und ab dem 11. September fängt die Radiojodtherapie zum Zweiten an. Voraussichtlich dauert sie wieder 10-12 Tage... Da mache ich mir keine Sorgen, da ich ja schon weiss, was mich alles erwarten wird. Nur auf die Zeit danach, mit all den Auf und Abs der Schilddrüsenwerte freue ich mich nicht :(Da hoffe und bete ich, dass das Ganze mit dem "Schongang" von statten geht. Am Montag war ich noch beim Augenarzt und er stellte Gott sei Dank bei meinen Augen keine Veränderung fest. Aber eine zweite Radiojodtherapie ist leider für die Augen nicht so ideal. Aber Gott wird auch darüber wachen.

Im Moment genieße ich den Abend auf dem Balkon und ich höre kein Kuhgebimmel :-)
Ich habe nichts gegen Kühe, aber das Gebimmel der Glocken (Tag und Nacht) gingen mir auf die Nerven! Dank den Ohropax war es in der Nacht wenigstens ruhig. Das Gebimmel kann mich wirklich auf die Palme bringen...

Heute waren wir als Familie wieder einmal in unserer "alten" Gemeinde und in der Predigt ging es um "vom Labe gestaltet würde...". Das Leben ist in Ordnung bis etwas geschieht, das alles verändert und über den Haufen wirft. In dieser Hilflosigkeit darf ich zu Gott schreien (darf auch laut sein!) und ihn um Hilfe bitten. Durch seine Hilfe, wie die auch immer aussieht, darf ich wieder leben. In meinem und deinem Leben gibt es blinde Flecken (Schuld, Schmerz, Scherben, Geheimes,...). Aber es muss nicht bei den blinden Flecken bleiben. Ich darf mit was auch immer zu Gott kommen, vor ihm kapitulieren und erwarten, dass etwas Neues beginnen darf :-)
Wie ich so gerne sage: Licht in die Dunkelheit lassen und wenn Geheimes ans Licht kommt, kommt Freiheit ins Leben. Wo habe ich, wo hast du noch dunkle Geheimnisse im Leben? Bringen wir sie ans Licht, vertrauen sie Gott (er weiss es sowieso) und jemandem dem wir vertrauen an. So brechen wir die Macht des Feindes!

Mein Geheimnis, dass ich im Geheimen Pornos schaute, behielt ich leider viel zu lange für mich. Die Angst und die Scham hielten mich davon ab, es jemanden anzuvertrauen. Mit Gott konnte ich lange auch nicht darüber sprechen. Der erste Schritt ans Licht war der schwierigste. Ich schrieb einer Freundin eine E-Mail und ich sass sage und schreibe einen ganzen Morgen vor dem Computer bis ich den einen Klick, damit die E-Mail versendet wird, klickte! Heute bin ich dankbar darüber und inzwischen wissen viele Freunde von meinem Geheimnis und sie sprechen immer noch mit mir! Davor hatte ich am meisten Angst. Heute kann ich darüber sprechen und schreiben. Ich bin nicht stolz was ich im Geheimen tat, aber ich bin Gott dankbar, dass er aus dem Mist etwas Neues entstehen liess. Auch wenn ich noch zwischendurch meine Kämpfe damit habe und ich mich nach noch mehr Freiheit sehne, so darf ich mich trotzdem für dieses Thema einsetzen.

28. Mai 2017: Sorgen

Überlasst all eure Sorgen Gott, denn er sorgt sich um alles, was euch betrifft!

1. Petrus 5,7

Letzten Freitag wusste ich nicht so recht, ob ich an einen weiteren Heilungsabend gehen soll. Ich war nicht so motiviert, doch schlussendlich raffte ich mich auf und ging. Das Thema des Abends war, dass wir all unsere Sorgen auf Jesus werfen sollen! Da ich mich in den letzten Wochen und jetzt noch, um einiges Sorge, sprach mich das Gesagte sehr

an. Muss zwar sagen, einen Abend zuvor habe ich all meine Sorgen in mein Wunderbuch geschrieben und sie Gott abgegeben.

Wir setzten uns kreisförmig hin und wer Gebet in Anspruch nehmen wollte, durfte sich in die Mitte setzen und Heilung,... von Gott empfangen. Da ich schon seit einem Jahr Stammgast an den Heilungsabenden bin, drängte ich mich fürs Gebet nicht auf. Schlussendlich liess auch ich noch für mich beten. Es tut einfach gut zu wissen, dass man nicht alleine unterwegs ist und immer wieder Gebet in Anspruch nehmen darf.

30. Mai 2017: :-(- :-)

Müde bin ich geh zur Ruh - schliesse meine Äugeln zu. So lautet im Moment der Titel über meinem Alltag! Ich versuche immer neun Stunden zu schlafen. Das Einschlafen ist kein Problem. Kaum ist mein Kopf im Kopfkissen vergraben, schlafe ich auch schon. Nur erwache ich mindestens einmal in der Nacht und kann dann wieder kaum einschlafen! Heute morgen, während der Arbeit, sass ich einen Moment mit meiner Chefin am Tisch, um etwas zu besprechen und ich merkte, wie mir die Augen vor Müdigkeit zufallen wollten... Wenn es bis nächste Woche nicht besser wird, rufe ich meine Hausärztin an, damit sie wieder einmal die Blutwerte kontrolliert...

Ich erwarte nach wie vor, dass Gott die "Fehlschaltung" in meinem Immunsystem behebt, damit die Schilddrüse/Augen nicht mehr versehentlich angegriffen werden! Menschlich gesehen ist die Autoimmunkrankheit Morbus Basedow nicht heilbar! Nur die Symptome (Schilddrüsenüberfunktion) kann behandelt werden. Damit das Immunsystem nicht mehr die Schilddrüse angreifen kann, wird sie bei mir mit der Radiojodtherapie ausgeschaltet! Die arme Schilddrüse ist eigentlich ein Opfer des Immunsystems! Das Ganze ist wesentlich komplexer, als ich es jetzt beschrieben habe.

Das Bild, welches mir Jesus im April 2016 im Spital geschenkt hat: Er läuft mit mir Hand in Hand den Weg entlang, aber man sieht nicht, wo der Weg hinget und was uns alles begegnet, begleitet mich nach wie vor. Ich bin dankbar, dass Jesus mit mir durch dick und dünn unterwegs ist und ich ihm vertrauen darf, auch wenn ich diesen Weg langsam satt habe! Ich wünsche mir einfach meine "alte" Kraft, Energie und Freude zurück. Jetzt freue ich mich auf die Pfingstkonzert in Bern und erwarte in dieser Zeit Grosses von Gott!!! Amen :-)

3. Juni 2017: Wie weiter?

Ich versuche Mal die letzten herausfordernde Tage in Worte zu fassen. Am Mittwoch hat mir eine Arbeitskollegin sagen dürfen, ich komme ja nur zum "Plausch" arbeiten! Das hat mich tief getroffen! Ich weiss, sie kennt die ganze Geschichte nicht, warum ich arbeiten komme und muss sie auch nicht. Wenn nicht gerade wieder einmal der Herr Morbus Basedow am Werk ist, so gehe ich gerne arbeiten und das Meiste läuft reibungslos bei der Arbeit. Am Donnerstag hat dann meine Chefin mit mir gesprochen, weil ihr aufgefallen ist (sie hat sich entschuldigt, dass sie es mir nicht schon früher gesagt hat), dass ich Dinge Anfänge und nicht zu Ende mache, Dinge vergesse, Dinge nicht sehe,... Als sie so mit mir sprach, entleerte sich in mir ein Wasserfall! Da ich nicht die Kraft dazu hatte, viel dazu zu sagen, ging ich meiner Arbeit wieder nach. Dieser Morgen war von vielen Tränen begleitet... Bevor ich am Mittag nach Hause ging, ging ich noch einmal zu ihr und sie sagte mir, dass sie sich Gedanken darüber gemacht hat, was mich denn so stresse... Den ganzen langen Morgen machte ich mir auch Gedanken darüber und kam zum Schluss, dass meine Schilddrüsenwerte wieder einmal am

Achterbahn fahren sind... Normalerweise vergesse ich Dinge nicht, sehe was gemacht werden muss, mache die Arbeit zu Ende,... Die Krankheit soll keine Entschuldigung für Fehler sein, die ich sonst auch machen würde, aber der Herr Morbus Basedow kann so einiges durcheinander bringen:

Darf ich mich vorstellen: Guten Tag mein Name ist Morbus Basedow!

Hallo, mein Name ist Herr Basedow und ich bin eine unsichtbare chronische Autoimmunerkrankung, die die Schilddrüse angreift. Die Menschen in deiner Umgebung können mich nicht sehen und nicht hören, aber DEIN Körper kann mich spüren. Ich kann dich angreifen, überall wo ich will. Ich kann zu starken Schmerzen führen, wenn ich in guter Stimmung bin. Ich kann dazu führen, dass dein ganzer Körper schmerzt. Kannst du dich erinnern, wie Du rumliefst mit ganz viel Energie? Ich nehme Dir die Energie und du bist erschöpft. Versuche jetzt Spass zu haben!

Ich kann dir den Schlaf entziehen und stattdessen bekommst du von mir schwarze Gedanken und Mangel an Konzentration. Ich kann machen, dass du 24 Stunden an 7 Tagen die Wochen schlafen willst oder dich schlaflos machen. Ich lasse dich zittern, schwitzen und frieren, während andere sich normal fühlen. Ich gebe dir geschwollene Hände und Füße, ein geschwollenes Gesicht und Augen, einfach alles! Oh ja, ich kann dich auch ängstlich oder depressiv machen. Ich kann dir auch andere psychische Probleme bereiten. Ich lasse dir die Haare ausfallen, die trocken und brüchig sind. Gebe dir Akne, trockene Haut.

Der Himmel meint es gut mit mir. Ich kann dir eine Gewichtszunahme schenken, egal was und wieviel du essen wirst. Ich kann dir auch eine Gewichtsabnahme geben. Das ist mir gleich. Manche andere Autoimmunerkrankungen gesellen sich noch zu mir, um dich zu bewältigen. Hast du irgendwas geplant oder freust dich einfach auf einen schönen Tag? Ich kann dir die Freude nehmen. Du hast mich ja nicht gefragt. Von dem Erreger oder den Erregern wirst du dich nie erholen. Ich lebe von Stress!

Vielleicht liegt es in der Familie, dass du mich hast. Was immer der Grund ist. Ich werde bleiben! Ich merke du gehst zum Arzt, um dich von mir zu befreien. Das bringt mich zum Lachen! Aber versuch es. Du wirst zu vielen, vielen Ärzten rennen, bevor du jemanden findest, der dir effektiv helfen kann. Du wirst erstmal falsche Schilddrüsentabletten bekommen, Schlaftabletten, Vitamintabletten, an Ängsten leiden oder depressiv werden, Psychopharmaka. Da gibt es so viele andere Möglichkeiten noch zu denen ich beitragen kann, dass es dir schlecht geht und du dich miserabel fühlst. Die Liste ist soooo lang: zu hoher Cholesterin, Probleme mit der Gallenblase, Blutdruckprobleme, Blutzuckerprobleme, Herzprobleme unter anderem... Das bin wahrscheinlich ich. Du wirst nicht schwanger oder hast eine Fehlgeburt. Das bin wahrscheinlich auch ich. Zahn- und Zahnfleischprobleme? Ich sage dir, die Liste ist endlos.

Alle werden dir sagen, du sollst positiv denken. Es wird gestichelt und geschubst. Und vor allem wirst du nicht ernst genommen. Wenn du versuchst zu erklären, wie schwächend ich bin und wie schlecht du dich fühlst....Aller Wahrscheinlichkeit nach wirst du eine Überweisung zum Psychiater bekommen. Deine Familie, Freunde und Kollegen werden dir erst alle zuhören, doch irgendwann werden sie müde sein, von deinen Leiden zu hören. Einige werden sagen: "Ach, du hast einen schlechten Tag oder "Mensch man kann eben nicht mehr so, als vor 20 Jahren". Ohne dass sie dir richtig zuhören, und du meintest vor 20 Tagen! Andere werden hinter deinem Rücken reden, sie nennen dich Hypochonder, während du fühlst, dass du langsam deine Würde verlierst mit jeder Erklärung die du machst. Viele sagen auch "Ach, meine Oma hat auch Probleme mit der Schilddrüse. Sie hat dann Tabletten bekommen und nun geht es

ihr gut." Dann versuchst du verzweifelt zu erklären, dass du nicht nur was mit der Schilddrüse hast, das du mich nicht einfach so abschütteln kannst. Das ist halt nicht wie bei der Oma, Tabletten nehmen und gut! Ich versuche im nächsten Absatz dir was ruhig zu erklären, wenn du das liest, weisst du Bescheid: Der einzige Ort, an dem du eine Art Unterstützung erhältst, ist das Verständnis und die Art mit mir umzugehen. Und auch Verständnis aufbringen für andere Menschen, die mich auch haben. Das sind auch wirklich die Einzigen, die das verstehen.

Darf ich mich vorstellen: Guten Tag mein Name ist Morbus Basedow!

Diesen Text habe ich meiner Chefin zum Lesen gegeben, damit sie eine kleine Ahnung/Vorstellung hat, was in meiner Körper/Seele abgehen kann!

Am Freitagmorgen gab ich einmal mehr Blut ab, damit die Schilddrüsenwerte getestet werden können. Nächste Woche weiss ich mehr. Am 13. Juni werde ich mit meiner Hausärztin über meine Arbeitssituation sprechen und am 14. Juni haben mein Mann und ich einen Termin bei unserem Schuldenberater und da wollten wir sowieso unsere finanzielle Situation mit ihm anschauen. Ich merke, so kann es nicht weitergehen... es muss irgend eine Lösung geben, wo finanziell aufgeht und ich nicht dauernd am Limit laufen muss.

5. Juni 2017: Meine ganz persönliche Pfingstkonzert in Bern

Die Pfingstkonzert 2017 mit Bill Johnson, Alain Scott, Johannes Hartl, Martin und Marius Bühlmann gehört schon wieder der Vergangenheit an. Was mich an dieser Konferenz berührt hat, ist, dass Kreativität/Kunst in verschiedensten Formen Platz haben durften: Über Film, Musik, Tanz, Sketch bis zu Bilder malen, Sandpaiting und kochen reichte die Palette aus. Da ich selber kreativ veranlagt bin, jubelte mein Herz darüber. In diesen Tagen schenkte mir Gott eine "Vision", wie mein eigenes Buch einmal aussehen wird: Ein quadratisches "Himmelsbilderbuch" mit Geschichten, die mein Leben schrieben/schreiben auf der einen Seite und auf der anderen Seite ein Himmelsbild dazu. In meiner Fantasie ist es geboren, aber jetzt muss ich noch alles auf Papier bringen und wie es einmal ein Buch werden soll, muss mir Gott zeigen. Es soll ein Buch zu seiner Ehre werden :-). Aber das wird noch eine Weile dauern...

Die drei Tage waren sehr intensiv und zwischendurch klinkte ich mich aus. Meine Augen schlossen sich immer wieder von alleine! Mein Körper war/ist auch etwas schwerfällig und ich fühle mich nach wie vor Kraftlos. Ich denke, dass meine Schilddrüse wieder in eine tiefe Unterfunktion geraten ist... In den nächsten Tagen sollte ich mehr wissen. Ich mache mir schon Sorgen, wie ich diese Woche "überleben" soll :-)

14. Juni 2017: Gott hat immer eine Lösung

VERTRAUE NUR! SORGEN? PROBLEME? ANGST? HEBE DEINE AUGEN AUF ZU GOTT UND VERTRAUE SEINEN MÖGLICHKEITEN.

Am Dienstag hatte ich endlich bei meiner Hausärztin einen Termin. Unter Tränen erzählte ich ihr von meinen Symptomen: Schwere Beine und Hände, Müdigkeit, Schlafprobleme, Herzzassen, zitternde Hände, Vergesslichkeit, Wahrnehmungsstörungen, Reizbarkeit, Stimmungsschwankungen und dass Alles einfach zu viel ist! Diese Symptome kamen dieses Mal nicht von der Schilddrüse, wie ich es vermutet hatte, sondern mein Körper und meine Seele sind völlig erschöpft. Dazu sagt man heute ganz modern: Burnout!

In den letzten Tagen habe ich oft betend darüber nachgedacht, wie das mit der Arbeit und Familie weitergehen soll. Ich wusste, es muss sich etwas ändern, denn so kann es nicht weitergehen! Bevor ich zu meiner Hausärztin ging, wusste ich, dass ich auf Ende Juli den Job kündigen würde. Natürlich tauchte die Frage auf, wird das finanziell überhaupt machbar sein? Nach dem mich meine Hausärztin für zwei Wochen krankgeschrieben hat, ging ich mit der Krankschreibung zu meiner Chefin. Etwas später kam sie zu mir und eröffnete mir, dass entweder sie mir auf Ende Juli kündigen wird oder ich könne kündigen. Für mich war das die Antwort von Gott, dass dies der richtige Weg ist, die Arbeitsstelle zu verlassen. Da ich noch so viele Überstunden plus Ferien habe, "muss" ich nicht mehr Arbeiten gehen und bekomme trotzdem noch zwei Monatslöhne :-)

Heute waren mein Mann und ich noch bei unserem Schuldenberater und ich erzählte ihm die ganze Geschichte mit der Kündigung. Wegen dem RAV soll mir jetzt meine Chefin kündigen... Den Restbetrag unseres Darlehens wird morgen überwiesen und dann sind wir wieder schuldenfrei :-) Und ab August, wenn mein Lohn ausfällt, wird es Gott sei Dank finanziell auch aufgehen :-)

Das letzte halbe Jahr war für uns als Familie sehr herausfordernd und hat auch einige Spuren hinterlassen. Jetzt freue ich mich auf eine hoffentlich ruhigere Zeit. Den Alltag werde ich gemütlich angehen und zu mir schauen.

15. Juni 2017: Der Preis

Kommt alle her zu mir, die ihr MÜDE seid und schwere Lasten trägt, ich will euch RUHE schenken..... und eure SEELE wird bei mir zur RUHE kommen. Matthäus 11, 28-29
Irgendwie kann ich es gar noch nicht fassen, dass ich nicht mehr arbeiten gehe! Das ging mir etwas zu schnell! Bin zwar froh, dass ich wieder ganz für meine Familie da sein kann, aber nach sieben Monaten 50% ausser Haus arbeiten, da muss ich mich zuerst wieder zurecht finden.

Wenn ich einmal mehr auf das vergangene Jahr zurückschauen, verwundert es mich nicht, dass ich auf allen Ebenen völlig erschöpft/ausgebrannt bin! Zuerst die Diagnose Morbus Basedow mit anschliessendem Spitalaufenthalt zur Medikamenteneinstellung, x Arztbesuche mit Blutentnahmen, Entscheidung um Entscheidung treffen, G E D U L D üben (bin ich immer noch dran), Radiojodtherapie mit all den Auf und Abs der Schilddrüsenwerte, Schuldenberg, trotz gesundheitlichen Problemen 50% Job plus Familie, herausforderndes Arbeitsklima,... Ich wusste, dass ich trotz meinen gesundheitlichen Problemen Geld verdienen musste, um unsere Schulden abzubauen. Ich wusste auch, dass ich da mit Gott zusammen durch muss und Opfer bringen muss. Aber ist jetzt der "Zusammenbruch" den Preis den ich dafür bezahlen muss? Hat es niemand so kommen sehen? Auf jeden Fall sind wir ab heute schuldenfrei und dafür hat sich der Aufwand auf Kosten meiner Gesundheit gelohnt. Dafür darf ich mich jetzt wieder "aufpäppeln" und wie lange das dauert, weiss nur Gott alleine! Und im September folgt die zweite Radiojodtherapie... Ich sehne mich nach wie vor nach Ruhe in meinem Leben und in meiner Familie.

Heute war noch der 26. Todestag von meiner Mutter... Bin froh, wenn dieser Tag in 1,5 Stunden vorbei ist!

19. Juni 2017: Wanderung :-)

Gestern nach dem Gottesdienst, wo es in der Predigt unter anderem darum ging, dass ich in jeder Situation Gott mit Freude begegnen will, gingen wir mit Freunden an einen kleinen Bergbach bräteln. Nach dem Essen entschied ich mich, dass ich mit auf die Wanderung möchte, obwohl ich nicht wusste, ob ich mit den anderen Schritt halten kann. Zu meinem Erstaunen und Freude lief ich locker mit :-). Es tat so gut in der Natur zu sein, die Bergwelt und die Alpenflora zu bestaunen,... Beim letzten Aufstieg kam ich doch noch ausser Puste! Beim Abstieg machten sich dann meine Knie bemerkbar... Ich genoss den Tag in vollen Zügen :-)

21. Juni 2017: Kreativität

Unter anderem bin ich ein Buch (Das Geschenk der Kreativität) am Lesen und folgende Sätze haben mich sehr angesprochen:

Oft wurden grosse Kunstwerke aus einem grossen Leiden heraus geschaffen. Leiden bringt Verständnis für Realität und Wahrheit mit sich. Leiden erweckt in uns kreative Talente. Es sucht nach Wegen, sich auszudrücken.

Mein kreativer Weg Leid auszudrücken ist schreiben. Ungefilterte und unverblünte Gedanken in den Blog zu schreiben, hilft mir beim Verarbeiten von Dingen, wie Krankheiten, Probleme, Sorgen, Ängste,... In meinen Wunderbüchern (Tagebücher) sind auch viele Gebete in geschriebener Form zu finden. Schreiben gehört für mich auch zu der Kategorie Kreativität :-)

Wenn ich daran denke, dass mir meine Chefin den Job kündigt, wird es mir etwas mulmig ums Herz. Das fühlt sich nach Versagen an, obwohl ich doch "nichts" dafür kann, dass mir alles über den Kopf gewachsen ist! Oder kann ich doch etwas dafür? Ich bin dankbar, dass es jetzt so ist, wie es ist. Klar hätte ich mir ein anderes Ende gewünscht. Bestimmt habe ich Leute enttäuscht, dass ich ihren Ansprüchen nicht genügt habe! Ich habe es versucht, 50% Arbeit plus Familie und Gesundheit unter einen Hut zu bringen, bin aber gescheitert! Es ist einfach zu viel für mich! Bei jemand anderem sieht das wieder ganz anders aus...

22. Juni 2017: „ausgebrannt“

In den letzten zwei Tagen habe ich das Buch von Dr. Christoph Häselbarth und Dr. med. Stephan Joh. Bauer, Chancen zu einem Neubeginn - Burnout überwinden, verschlungen. Das Buch werde ich noch oft durchblättern, den es hat so viele geistliche Wahrheiten zwischen den beiden Buchdeckeln zu entdecken.

Burnout bedeutet einfach "ausgebrannt sein". So fühlt es sich auch an! Man befindet sich in einer dauerhaften Überforderungs-Situation, die man nicht zufriedenstellend verändern kann. Dies führte bei mir zu Schlafstörungen und sich daraus ergebende Müdigkeit, Kraftlosigkeit und Antriebsminderung. Ich habe dabei nicht an ein beginnendes Burnout gedacht... Mit der Zeit kamen noch weitere Symptome wie: das Gefühl überfordert zu sein, zunehmende Schwäche, abnehmende psychische und körperliche Belastbarkeit, nachlassende Arbeitsleistung, Gefühle der Minderwertigkeit sowie Versagensängste dazu.

Meistens ist es das berufliche Umfeld, welches permanent mehr Kraft und Einsatz erfordert, als eben vorhanden ist. Man kann es so formulieren, dass unablässig mehr Energie angefordert bzw. verbraucht wird, als bereitgestellt werden kann - der "Tank" leert sich. Man fährt auf Reserve und irgendwann ist der Tank ganz leer - anders ausgedrückt, man kommt auf den Felgen daher

23. Juni 2017: Beziehungen und Ruhetag

Hier noch ein paar weitere wertvolle Aspekte aus dem Buch von gestern:

Der Mensch ist als Beziehungswesen geschaffen. Er braucht eine vertikale Beziehung: Mensch - Gott und horizontale Beziehungen: Mensch - Mensch. Wo wir nicht in diesen Ordnungen leben, können wir nicht erwarten, dass wir zufrieden sind, dass wir mit uns selber glücklich werden und innerlich zur Ruhe kommen.

An menschlichen Beziehungen fehlt es mir wirklich nicht. Im Moment gehe ich ihnen zwar lieber aus dem Weg, weil ich die Frage "Wie geht es dir?" nicht jedem beantworten möchte! Meine Beziehung zu/mit Gott läuft seit längerem über die Gedanken und schriftlich. Während der Zeit, als ich am Morgen arbeiten "musste", vermisste ich die Gespräche mit Gott, welche ich meistens am Morgen, wenn die Kinder in der Schule waren, mit ihm führte.

Den Ruhetag am Ende einer Arbeitswoche einzuhalten, ist eine optimale Vorbeugung gegen ein Burnout. Wir kommen nur dann zur Ruhe, wenn wir es lernen, Dinge liegen zu lassen. Ein Ruhetag bedeutet auch, dass wir uns Zeit mit Gott nehmen, Zeit mit der Familie und Freunden verbringen. Und wir sollten uns auch Zeit nehmen für Dinge oder Tätigkeiten, die uns Freude bereiten, die uns entspannen und erquicken an Leib, Seele und Geist.

Während dem letzten halben Jahr verbrachte ich oft am Sonntag nach dem Gottesdienst den Nachmittag mit Hausarbeiten, da durch die Woche vieles liegen blieb und ich wollte nicht mit einem Chaos in die neue Woche starten! War definitiv keine gute Idee, am Ruhetag noch schnell alles zu bewältigen, was ich in der vergangenen Woche nicht schaffte!

19. Juli 2017: Wie die Zeit vergeht...

Wie die Zeit vergeht... Seit dem letzten Eintrag ist schon fast wieder ein Monat vergangen. Nicht dass ich keine Zeit dazu gehabt hätte, aber ich erledigte weitere Schreibarbeiten und einmal kann auch ich keine Buchstaben mehr sehen!

Nebst dem, dass ich mich wieder etwas müder fühle, der Körper fühlt sich auch so an, geht es mir besser, als noch vor einem Monat. Der Druck arbeiten gehen zu "müssen" in Verbindung mit unseren Schulden ist weg und der Schuldenberg Gott sei Dank auch :) Was nicht heisst, dass wir nicht weiterhin "sorgfältig" mit unserem Geld umgehen werden. Aber das Geld hat nicht mehr uns im Griff, sondern wir versuchen das Geld im Griff zu haben - ein wesentlicher Unterschied.

Im Moment genieße ich die Zeit alleine zu Hause. Mein Mann ist am Arbeiten, Naemi ist Elektroinstallateurin am Schnuppern, Talitha hilft als Ballgirl beim Tennis mit und Tirza ist im Adonialager. Ich freue mich aber auch, wenn dann alle wieder da sind.

23. Juli 2017: „Wie geht es dir?“

"Hallo, wie geht es dir?" Diese Frage finde ich nicht immer einfach zu beantworten.

Wenn ich mein ganzes Leben anschau, darf ich sagen, mir geht es richtig gut! Ich habe eine Familie, ein Dach über dem Kopf, genug zu essen, Freunde, kenne Jesus,... Was will mach noch mehr? Wenn ich den Blick nur auf die Krankheit richte, muss ich sagen, dass es mir schon schlechter, aber auch schon besser ging! Ich merke, dass ich nach wie vor schnell müde werde und sich mein Körper träge anfühlt. Oft habe ich Mühe mit ein- und durchschlafen und Stress kann mich ziemlich durcheinander bringen.

Es gibt Tage, wo ich vor lauter Müdigkeit nur noch auf dem Bett liege und zu Gott schreie, weil ich es langsam satt habe, jeden Tag damit konfrontiert zu werden und ich frage mich dann, wann hört das Ganze mit der Autoimmunkrankheit Morbus Basedow endlich auf? Im Moment weiss ich nicht so genau, wieviel vom Burnout und der Krankheit mitreinspielt.

Meine Radiojodtherapie vom 11. - 23. September wurde auf den 18. - 29. September verschoben! Da wir aber mit unserer Gemeinde vom 30. September - 7. Oktober in der Toscana Ferien machen und die lasse ich mir nicht nehmen, habe ich jetzt die Radiojodtherapie auf den 9. - 20. Oktober verschoben! Ist zwar auch nicht so ideal, aber wann ist es schon ideal? Ich hoffe, dass ich trotz allem unsere Ferien geniessen kann und nicht dauernd an die kommende Zeit im Inselspital denken muss... Im November hätte ich auch gehen können, aber dann hätte ich nicht mit meinem Mann und einem Freund von uns, nach Wien gehen können und dies wollte ich mir auch nicht nehmen, wenn es nicht sein muss. Der zuständige Nuklearmediziner vom Inselspital kennt inzwischen mein Geburtsdatum auswendig, weil er mich immer wieder verschieben musste! Mal schauen, ob er es immer noch kennt, wenn ich ihn das nächste Mal sehe.

24. August 2017: Wie die Zeit vergeht

Inzwischen sind schon fast zwei Schulwochen vorbei. Naemi absolviert ihr letztes obligatorisches Schuljahr, Talitha ist neu in der Sekundarschule und Tirza wechselte in die Mittelschule. Alle drei gehen im grossen und ganzen gerne zur Schule. Nachdem alle drei aus dem Haus sind, nehme ich meistens meine Bibel zur Hand und lese darin. Ich habe mir vorgenommen ca. in einem Jahr die ganze Bibel durchzulesen. Mal schauen wie lange es dauert. Danach bete ich dies und das und für wenn auch immer. Wenn es mich dann vor Müdigkeit fast umlitzt, genehmige ich mir noch 1-2 Stunden Schlaf, bevor ich mich dem Haushalt und dem Mittagessen widme. Ich genieße es, wieder den Vormittag nur für mich und Gott zu haben. Das hat mir während dem ich arbeiten ging am meisten gefehlt. Heute war ich nach langer Zeit wieder im Frauenclub (seit 15 Jahren lese ich mit ein paar Müttern in der Bibel und tauschen darüber aus). Den Frauenclub habe ich auch sehr vermisst.

Es gibt Momente am Tag, da könnte ich nur laut schreien (manchmal muss mein Duvet dran glauben), weil sich alles an mir so träge und müde anfühlt! Einfach mühsam! In solchen Momenten versuche ich mich eine halbe bis eine Stunde hinzulegen, obwohl ich eigentlich nicht möchte, aber mein Körper zwingt mich fast dazu.

Am Sonntag vor einer Woche gingen wir mit unserer Gemeinde bräteln und ich freute mich auch darauf. Eine Weile ging es mir dabei gut, aber nach dem Mittagessen vom Feuer musste ich mich hinlegen, weil all die vielen lieben Leute, die querbeet miteinander sprachen, mich müde machten und ich ihnen gedanklich auch nicht mehr folgen konnte. Gegen Schluss waren nicht mehr so viele da, es wurde ruhiger und das genoss ich dann mehr. Nach diesem Tag war ich k.o.

15. September 2017: :-)

Am 26. August 2017 nahmen mein Mann und ich am Nachmittag und Abend an der 30. Jahresfeier von Jugend mit einer Mission (JMEM) in Wiler teil. Da wir beide vor langer Zeit unsere beiden Jüngerschaftsschulen in Wiler absolvierten, war es wie ein nach

Hause kommen. Es war schön, ein paar alt-bekannte Gesichter zu sehen und mit ihnen einen Schwatz zu halten. Der Nachmittag war mit Lobpreis, Gebet und einer tiefen Predigt geprägt. Ein Ehepaar, welches von unserem Dienst (dazu etwas später) wusste, hat uns für unseren Dienst gesegnet. Es tut so gut zu wissen, dass Menschen hinter uns und unserem Dienst stehen. Danke an alle :-) Der Schlüssel in unserem Dienst ist und bleibt die Liebesbeziehung von Herz zu Herz mit unserem Papa im Himmel und daraus entsteht alles andere. Am Abend ging es weiter mit Lobpreis, mit Zeugnissen aus den Sommereinsätzen und einer wachrüttelnden Predigt. Mein Herz schlägt für all die Gefangenen und für die will ich im Gebet eintreten. Reich beschenkt, reich gesegnet und ermutigt in unserem Dienst weiterzugehen, fuhren wir wieder nach Hause. Die Einen und anderen haben es schon mitbekommen, dass wir mit dem Thema Pornografie unterwegs sind. Wenn uns jemand darauf anspricht, reden wir gerne darüber. Aber wir gehen damit nicht hausieren, weil wir niemanden damit überfordern möchten. Denn viele haben ihre eigenen Kämpfe damit und es ist doch sehr persönlich und kann tief gehen. Am 10. August 2017 gründeten wir zu viert den Verein Safersurfing Schweiz, welcher zum Ziel hat, Kinder, Jugendliche und Erwachsene vor suchtfördernden Inhalten im Internet zu schützen. Die Mission von Safersurfing ist, auf die Gefahren von Pornografie hinzuweisen und Betroffenen in Form von öffentlichen Vorträgen (in Gemeinden) zum Thema Pornografieabhängigkeit und die Gründung von Selbsthilfegruppen, Hilfestellung anzubieten. Weiteres zum Thema findet man(n) auf www.safersurfing.org und www.loveismore.ch oder in unserem Freundesbrief (laubscher@safersurfing.org). Wir haben uns diesen Dienst nicht ausgesucht, im Gegenteil, aber wenn Gott einem etwas aufs Herz gibt und anvertraut, kann man nicht anders als darin zu laufen. Anfangs Dezember werden wir uns mit weiteren Leuten treffen, die hier in der Schweiz auch mit der Thematik Pornografie unterwegs sind. Darauf freuen wir uns sehr :-) Wir sind für jede/n dankbar, der das Tabuthema zum Thema macht und darüber spricht. Pornografie macht leider auch nicht vor Christen halt... aber es gibt für jede/n, die/der damit kämpft Hoffnung :-)

Meine zweite Radiojodtherapie (RJT) naht... Seit heute darf ich keine Schilddrüsenhemmer mehr nehmen, damit in den beiden Voruntersuchungen in 10/11 Tagen genau gemessen kann, wieviel Radiojod meine Schilddrüse speichern kann und damit die genaue persönliche Dosis für die RJT berechnet werden kann. Ich hoffe, dass es mir in den nächsten drei Wochen ohne die Schilddrüsenhemmer nicht all zu schlecht gehen wird. Schliesslich möchte ich anfangs Oktober noch die Gemeindeferien in der Toscana geniessen. Danach werde ich gleich die 10-12 Tage während der RJT im Inselspital mit lesen, schreiben, stricken, Predigt anhören, Filme schauen, nichts tun,... „geniessen“.

9. Oktober 2017: Tag 1

Der erste Tag meiner zweiten Radiojodtherapie im Inselspital neigt sich langsam dem Ende zu. Die Radiojod-Kapsel ist geschluckt und nun strahle ich von innen nach aussen! Zuerst aber noch zurück zur letzten Woche, die ich mit meiner Familie und unserer Church in der Toscana verbringen durfte. Ich genoss die Zeit an der Wärme mit Freundschaften pflegen, lesen, Musik hören, Ausflügen, Gelati und Pizza essen,... Für mich war es eine ermutigende Woche, auch wenn die Gedanken ab und zu zur Radiojodtherapie wanderten... Zwischendurch hatte ich zwar meine Müdigkeits-Krisen und ertrug das laute "Geschrei" der Kinder und Teenies kaum. Es tut mir leid, dass ich nicht immer zu allen freundlich war...

Das Buch (Leben-Lieben-Leiten) von Brian Houston (Hillsong) begleitete mich durch die Ferien und wird mich noch länger begleiten. Ganz persönlich und in aller Offenheit lässt er einem an seinem reichen Erfahrungsschatz (Höhen und Tiefen) und an kraftvollen biblischen Wahrheiten teilhaben. Ich kann es nur empfehlen es zu lesen und Gottes Wahrheiten tief ins Herz zu lassen.

Wieder zurück nach Bern. Heute war ich ein paar Mal den Tränen nahe und ein paar kullerten auch runter. Ich bin dankbar, dass ich nicht alleine durch diese Zeit muss. Tief im Herzen weiss ich, dass Gott mit mir ist und für all meine Freunde, die im Gebet und ermutigenden Zeilen hinter mir und meiner Familie stehen, bin ich von Herzen dankbar.

10. Oktober 2017: Tag 2

Gott begrüßte mich heute Morgen mit einem wunderschönen Sonnenaufgang und schon bald erreichten die ersten Sonnenstrahlen unser Zimmer. Leider erwachte ich mit Schmerzen auf der linken Halsseite, die sich Richtung Ohr ausstrahlen, auf. Es fühlt sich schon fast wie Angina an, nur ohne Halsschmerzen. Die linke Speicheldrüse ist entzündet! Das Schmerzmittel Dafalgan hat da auch nicht viel gebracht und so muss ich jetzt ein entzündungshemmendes Schmerzmittel mit einer magenschonender Tablette schlucken. Zusätzlich kühle ich die Entzündung von aussen mit einem Eisbeutel, kaue Kaugummi und esse saures Schleckzeug, damit der Speichel fliesst...

Im Buch von Brian Houston begegnete mir heute diesen Satz: "Wenn dir eines Tages jemand anbietet, einen Film über dein Leben zu drehen, der widerspiegelt, was Gott getan hat - dann denke darüber nach." Ich denke schon lange darüber nach, ein Buch über meine Geschichten mit Gott zu veröffentlichen. Aber wie geht man da vor?

Während der Pfingstkonferenz in Bern schenkte mir Gott eine Vision, dass ich mit meinen Himmelsbildern und meinen Geschichten ein Buch gestalten soll. Inzwischen ist dieses Büchlein Schritt für Schritt und Stunde um Stunde entstanden und drei habe ich als A5 Fotobüchlein (war das kompliziert!) drucken lassen. Mein Wunsch ist es, dass dies nicht bei den drei bleiben wird, sondern dass ich mit meinen Geschichten Menschen in herausfordernden und stürmischen Zeiten ermutigen kann, mit Gott zusammen durch diese Stürme zu wandern und an ihm festzuhalten. Bis jetzt hab ich mich noch nicht getraut mein Manuskript an irgend ein Verlag zu schicken, geschweige denn wohin. Diese ermutigenden Worte von einer meiner Tanten, haben mich heute dazu bewogen, einen Schritt weiter zu gehen: "Du kannst so gut schreiben, schreib dieses Buch. Mit deinen Fähigkeiten zum Schreiben wird das ein Erfolg und wird vielen in ähnlichen Situationen helfen." Danke dir :-). Eines Tages würde ich auch sehr gerne diesen Blog zwischen zwei Buchdeckeln sehen.

11. Oktober 2017: Tag 3

Gott begrüßte mich einmal mehr mit einem herrlichen Sonnenaufgang. Die Aussicht auf die verschneiten Berge in der Ferne ist einfach herrlich. Gottes Schöpfung ist sowieso wunderbar.

Heute Nachmittag durfte meine Zimmerkollegin schon nach Hause. Sie konnte es kaum glauben und fragte den Arzt drei Mal, ob das wirklich so sei. Ich freue mich für sie, denn am Abend hatte sie immer ziemlich Heimweh. Jetzt habe ich ein Doppelzimmer für mich alleine und ich genieße die Ruhe.

Einerseits genieße ich die Ruhe und die Zeit, die ich für mich habe und andererseits vermisse ich meine Familie. Gott sei Dank kann man miteinander telefonieren. Tirza war

gestern bei unseren ehemaligen Nachbarn zum Spiele spielen, Zvieri essen,... zu besuch, heute war sie bei einer Nachbarin Muffins backen, morgen geht sie zu ihrem Gotti, am Freitag geht sie impfen und am Samstag ist Jungschar-Seiltag. Ihr wird es bestimmt nicht langweilig ohne mich! Talitha muss noch einiges für die Schule lernen, weil sie vor den Ferien drei Tage krank war und Naemi "grümschelet" was auch immer in ihrem Zimmer rum.

14. Oktober 2017: Tag 6

Inzwischen ist schon der sechste Tag angebrochen und von diesem ist auch schon wieder die Hälfte vorbei! Eigentlich geht die Zeit hier „auf“ der Insel, der Sonnenaufgang- und Untergang gehören zum Alltag, all inclusive ist auch inbegriffen und der Aufenthalt wird von der Krankenkasse bezahlt! Was will man da noch mehr? Meine Strahlenwerte sinken auf jeden Fall schneller, als beim ersten Mal. Montag oder Dienstag kann ich nach Hause. Mal schauen...

Wir sind noch zu viert auf der Station und im Moment mache ich das Rennen mit dem tiefsten Wert. Ist Mal etwas anderes als immer die Letzte zu sein. Aber was sind schon diese paar Tage im Vergleich zum Leben oder gar zur Ewigkeit...

Ein paar Mal im Tag wandern wir zu dritt den Gang hin und her und reden über dies und das miteinander. Da wäre Laura, eine 76 jährige Wittwe, die sich um ihre verstrahlten Kleider sorgt und der "Heilige" Jakob, der sich vorgenommen hat, nach der RJT definitiv mit dem Rauchen aufzuhören. Es tut gut, zwischendurch miteinander Gemeinschaft zu pflegen und einander Anteil zu geben. Wenn es mir zu bunt wird, verkrieche ich mich wieder in meinem Zimmer.

15. Oktober 2017: Tag 7

Da ich 16 Jahre lang immer wieder mit viel Freude Andachten für die Jungschar geschrieben habe und dies etwas vermisse, weil ich vor 1,5 Jahren als Jungscharleiterin aufgehört habe, schreibe ich heute Mal ein Wort zum Sonntag:

Was denkst du, wenn du Römer 8,28 hörst? Vielleicht kennst du den Inhalt des Verses überhaupt nicht, vielleicht hast du ihn schon tausend Mal gehört und kannst ihn auswendig, vielleicht kannst du ihn nicht mehr hören, vielleicht ist er in deiner Bibel dick angestrichen, vielleicht hängt er irgendwo zu Hause,...

Ich bin schon eine Weile daran, diesen einen Vers in meinem Leben durchzubuchstabieren... und möchte ihn mit euch etwas genauer anschauen.

Wer Gott liebt, dem dient alles, was geschieht, zum Guten. Dies gilt für alle, die Gott nach seinem Plan und Willen zum neuen Leben erwählt hat. Römer 8,28

Halte Mal inne und schaue auf dein Leben zurück. Was passiert jetzt in deinem Herzen, wenn du diese vier Worte hörst: ALLES dient zum Besten.

Alles bedeutet alles! Nicht nur die guten Dinge in deinem Leben, sondern alle. Jede einzelne Sache, die in unserem Leben geschieht, kann Gott dafür nutzen, es uns zum Guten dienen zu lassen, wenn wir ihn lieben und in seiner Bestimmung entsprechend leben. Wirklich alles?

Es gibt Momente im Leben, die wir nicht als Gut beschreiben würden, seien es einfache Unannehmlichkeiten oder ernsthafte Schwierigkeiten. Doch falls noch irgendein Zweifel besteht, lass es mich auf den Punkt bringen: Im Römerbrief spricht die Bibel von allen Dingen. Alles beinhaltet unangenehme Dinge, wie: schwierige, beunruhigende,

verletzende, verwirrende, unerwartete, erschreckende, schmerzhaft, beschämende, traurige und ungewisse Dinge.

Gott lässt nichts aus. Allerdings verwebt er alles für uns geschickt und auf eine so unerklärliche Weise, wie nur er es kann.

Alles beinhaltet Verbindungen und Trennungen, Dinge die zusammenkommen und Dinge, die auseinander fallen, deinen besten Tag wie auch deinen schlimmsten Tag, gewonnene wie zerronnene Möglichkeiten, gute Zeiten, wie schlechte Zeiten, Probleme wie Lösungen, Konflikte wie deren Auflösung, Prüfungen wie Siege, Beziehungen wie Bekanntschaften, Krankheit wie Gesundheit, Armut wie Reichtum.

Jedes Detail unseres Lebens, welches in Liebe für Gott gelebt wird, wird in etwas Gutes verwandelt. Nicht alles ist gut und uns passieren nicht nur positive Dinge, doch wir dienen einem Gott, der alle Dinge zum Guten verwandelt - für die, die ihn lieben und für die, die nach seiner Bestimmung berufen sind.

Das soll Schwieriges nicht kleinreden - die Dinge, die unmöglich zu verstehen und wahrscheinlich unverdient sind. Vielmehr soll dich dieser Gedanke ermutigen, dass Gott in allen Dingen... immer noch eine glorreiche Zukunft für dich plant.

Es ist der Glaube, dass Gott die Dinge zum Guten wirkt, während wir unser Leben in Liebe zu ihm und gemäss seiner Bestimmung führen - das ist es, was uns verändert.

Das Leben fühlt sich nicht immer gut an, aber kannst du Gottes Güte in deinem Leben erkennen? Genau jetzt, genau heute? Welche Dinge hast du mitgebracht? Inmitten welcher Situation, egal ob gut oder schlecht, befindest du dich gerade? Und glaubst du, dass Gott all das zusammenführt zu einem bestimmten Ziel, einer Bestimmung?

Warum musste meine Mutter sterben, als ich noch ein Kind war? Gott, wo warst du? Ich verstehe es nicht, es ist ein Rätsel - ein Geheimnis. Mit diesem Geheimnis lebe ich und es gehört zu meinem Leben. Heute kann ich sagen, das Gute darin ist, dass ich Menschen in ähnlichen Situationen gut verstehen und mich in sie hineinversetzen kann. Schon manche durfte ich mit meinen Worten in ihrer Trauer ermutigen.

Warum begegnete mir als Teenager ein pornografisches Heft und sprach mich an? Warum musste ich viele Jahre beschämt mit diesem Geheimnis durchs Leben gehen? Heute kann ich sagen, das Gute darin ist, dass ich mit meiner Geschichte (Frei von Pornografie) schon vielen Hoffnung schenken konnte, dass es einen Weg aus der Abhängigkeit und ein Leben ohne Pornografie gibt.

Warum wurde genau bei mir die mühsame Autoimmunkrankheit Morbus Basedow gestellt? Inzwischen kann ich sagen, dass das Gute daran ist, dass ich dadurch tief im Herzen weiss, dass Gott durch alle Situationen mit mir Hand in Hand durch kommt.

Alles was ich bis heute in meinem Leben erlebt habe, zeigt mir im Moment dieses Bild: Mein Herz schlägt für traurige, einsame, verletzte und gefangene Menschen. Nicht aus Zufall habe ich die aus Krankheitsgründen abgebrochene Seelsorgeausbildung angefangen, welche ich eines Tages noch einmal von vorne beginnen werde. Nicht aus Zufall liebe ich es, seit ich zurückdenken kann, auf Briefpapier, auf Karten, in Schulheften, in Tagebüchern, ... die Buchstaben zum Leben zu erwecken. Nicht aus Zufall habe ich eine blühende Fantasie. Nicht aus Zufall formte mich Gott in den 16 Jahren der Jungschararbeit. Alles hat ein Ziel und Zweck in meinem und deinem Leben.

17. Oktober 2017: Wieder zu Hause :-)

Gestern Nachmittag durfte ich zu meinem Erstaunen nach Hause :-). Den Arzt fragte ich, ob es wirklich wahr sei, da ich es kaum glauben konnte! Tatsächlich, eine gute Stunde

später atmete ich nach acht Tagen wieder frische Luft ein. Jetzt aber noch zum Sonntag zurück.

Sonntage ohne einen Gottesdienst finde ich immer etwas komisch, da der Gottesdienst für mich zum Sonntag gehört, wie Salz und Pfeffer zusammen gehören. Den Morgen verbrach ich ja im Bett mit einem Wort zum Sonntag zu schreiben und den Nachmittag wollte ich nicht auch noch im Bett verbringen. So gesellte ich mich zu meinen Mitgenossen im Flur, welche hinter einer Glaswand das sonnige und bunte Herbstwetter genossen. Mit der Zeit sassen nur noch "Köbeli" und ich an der wärmenden Sonne und erzählten einander aus unseren Leben. Seine Ex-Frau ist seit Jahren Alkoholabhängig und ihre Ehe und Familie zerbrach daran. Seine drei Kinder, damals noch im Schulalter, zog er dann alleine weiter auf und er freut sich riesig, dass aus ihnen inzwischen bodenständige junge Erwachsene geworden sind. Sein Sohn Michael, welcher in der Familie immer noch "Bubeli" genannt wird, wohnt noch mit ihm zusammen und sieht es nicht gerne, wenn sein Vater Alkohol trinkt, weil dann alte Erinnerungen von seiner Mutter hochkommen. Dahinter steckt keine schöne Geschichte... Am Abend war ich dann so müde, dass ich nur noch kurz mit meiner Familie telefonierte und schon bald einschlief.

"Köbeli" und ich machten gestern, während wir am Morgen den Flur auf und ab trotteten ab, dass wir draussen in der Freiheit zusammen ein Glace essen werden, wenn wir gleichzeitig nach Hause können und so war es dann auch. Die anderen Zwei müssen wohl noch bis am Freitag bleiben und sie taten mir leid. Nach einer kurzen Wartezeit fuhr schon mein Mann vor und es konnte, mit einem Abstecher in ein Bastelshop, Richtung Heimat gehen.

Ich bin Gott dankbar, dass ich schon nach acht Tagen, anstelle von zehn bis zwölf Tagen wieder nach Hause durfte. Durch die Gebete meiner Freunde, durfte der Strahlenwert schnell sinken und ist für mich, nach der ersten RJT nicht selbstverständlich. Danke Jesus.

Jetzt heisst es wieder abwarten und Tee trinken. Bis zu einem Jahr zerfällt meine Schilddrüse unregelmässig und das Ziel wäre in eine latente Unterfunktion zu kommen, um die Schilddrüse mit Schilddrüsenhormon-Tabletten zu ersetzen und einzustellen. Das heisst für mich, immer wieder die Schilddrüsenwerte bei meiner Hausärztin kontrollieren zu lassen, mit den Schilddrüsenhormon-Tabletten herumzudoktern, auf meinen Körper und Wohlbefinden zu achten,... Tönt jetzt vielleicht einfach, ist aber etwas mühsam, weil man nie weiss, wie es am nächsten Tag, Woche, Monat aussieht.

18. Oktober 2017: Schwache Momente

Ich würde Mal behaupten, dass ich eigentlich von Natur aus ein fröhlicher Mensch bin und vieles positiv sehe. Aber es gibt auch Momente wie diese, wenn die Tränen zuvorderst sind und ich nur noch laut losschreien könnte... Ich fühle mich kraft- und lustlos. Dabei möchte ich das Chaos in der Wohnung beseitigen (das Schlaf- und Badezimmer können sich wieder blicken lassen), ein Himmelsbild malen, an den Elternabend gehen,... So lege ich mich halt immer wieder hin und akzeptiere, dass nicht alles möglich ist und erledige Dinge im Schneckentempo oder gar nicht! Irgendwo noch arbeiten zu gehen, könnte ich mir gerade nicht vorstellen. Ich hoffe und bete, dass es in den nächsten Monaten gesundheitlich wieder aufwärts geht, wenn das Einstellen mit den Schilddrüsenhormonen beginnt. Aber so eine RJT ist leider kein Spaziergang, sondern mehr eine Wanderung auf unwegsamem Trampelpfad die hinauf und hinab gehen. Die Gemeinschaft mit Freunden, das Bibellesen mit "meinen" Frauen, die

Smallgroup, die Lobpreisabende und den Gottesdienst lasse ich mir nicht nehmen!!! Das sind Orte, an denen ich mich zu Hause und verstanden fühle und mich für den Alltag stärken. Da gehe ich hin, soweit es die Gesundheit zulässt.

20. Oktober 2017: Glitzer-Glimmer

Gestern war nicht mein Tag! Am Abend fiel ich fast vom "Stängeli" und wollte nicht schon um 21.00 Uhr ins Land der Träume. Wohl oder übel verkroch ich mich mit einem Buch unter die Bettdecke, wobei ich nur drei Seiten weiterkam, weil mich der Schlaf einholte. Die ganze Nacht, auf jeden Fall mir kam es so vor, träumte ich von meiner Kindheit bis heute Zeugs wild durcheinander. Solch eine Nacht war nicht die erste... Der heutige Tag nahm ich gemächlich in den Angriff. Bis um 9.00 Uhr genoss ich die Bettwärme mit kurzen und längeren Schlafeinheiten. Wenn mich nicht die lauten Kuhglocken vor dem Fenster geweckt hätten, hätte ich es noch länger im Bett ausgehalten. Ich habe nichts gegen Kuhglocken, aber das Gebimmel durch den ganzen Tag kann mich auf die Palme bringen.

Da sich mein Körper im Moment um Jahre älter anfühlt, habe ich es mir am Schreibtisch bequem gemacht und ein weiteres Himmelsbild zu malen angefangen. Eine Steigerung zum gestrigen Tag. Es macht mir viel Freude mit leuchtenden Farben zu hantieren, mit Glitzerstiften Glanz auf das Bild zu bringen und mit farbigen Perlen das Kunstwerk abzurunden. Ich staune immer wieder, was für herrliche Bilder entstehen, da ich nicht von Anfang an das ganze Bild im Blick habe. Kreativität ist ein wahres Geschenk Gottes und ich liebe es, sei es mit Buchstaben oder Farben/Formen zu experimentieren. Ich frage mich manchmal schon, was Gott mit dieser Gabe noch alles vor hat...

7. November 2017: Müüüüüühsahm

Langsam aber sicher bin ich mit meinen Kräften und Nerven am Limit! Ich fühle mich körperlich und in meinem Körper nicht wohl, weil irgendwie alles durcheinander geraten ist. Die Beine und der Rücken schmerzen den ganzen Tag, in den Händen und in den Füßen kribbelt es mal mehr und mal weniger vor sich hin, beim Essen fällt mir das Besteck aus den Händen oder sonst irgendetwas fällt zu Boden. Die körperliche Kraft ist gerade an einem kleinen Ort und ist echt müüüüüühsam. Ich weiss, all die Symptome kommen von der Schilddrüse, die sich Richtung Unterfunktion bewegt. Ich hoffe, dass ich in einer Woche, wenn ich am Montag bei meiner Hausärztin war, mit der Schilddrüsenhormoneinstellung begonnen habe... es langsam wieder besser wird.

Das Körperliche ist das eine und das Psychische das andere! Geschrei und Lärm treiben mich auf die Palme. Ich vergesse wieder Dinge, wie Namen, Wörter und Sätze und verlieren oft den roten Faden. Die Konzentration lässt auch zu wünschen übrig! Mein Motto ist im Moment: Lasst mich einfach alle in Ruhe!!! All das bin nicht ich und ich bin mir gerade etwas fremd geworden! Auch dieser Zustand ist echt müüüüüühsam... Ich möchte einfach wieder Ich sein.

Schon nur kurz rumzustehen macht mir ziemlich Mühe, wie z. B. in der Küche zu hantieren oder beim Wäsche zusammenlegen... Beim Umhergehen ist es auch nicht viel besser, weil ich mich wie ein Kartoffelsack fühle - schwer und kraftlos. Am wohlsten fühle ich mich im Bett, sei es zum Schlafen, zum Lesen, zum Film schauen,... Aber ich möchte nicht den ganzen Tag im Bett verbringen!

Das Ganze hat auch positive Seiten. Ich nehme das Leben gelassen, nehme mir viel Zeit mit Gott und seinem Wort, nehme mir Zeit zum Beten, nehme mir Zeit zum Lesen, nehme

mir Zeit um einfach zu sein, lasse mich auf Gott und sein Reden durch den Heiligen Geist in mein Leben hinein ein,...

27. Dezember 2017: Die Zeit läuft...

Die Zeit läuft und läuft... und zwar immer gleich schnell oder langsam. Ob es einem schneller oder langsamer vorkommt, kommt auf die Situation an. Seit dem letzten Eintrag sind schon einige Sandkörner in der Sanduhr runter gerieselt... und das Jahr 2017 neigt sich dem Ende zu. Wie jedes Jahr nehme ich mir Zeit und schaue auf das vergangene Jahr zurück...

Es war ein Jahr mit einigen Stürmen auf hoher See, doch mein Herz durfte immer wieder bei Gott zur Ruhe kommen, auch wenn es rundherum stürmte. Dafür bin ich so dankbar. Was hätte ich in all den Stürmen ohne Gott gemacht? Ich weiss es nicht! Einmal mehr bin ich dankbar, dass ich IHN in meinen Jugendjahren kennen- und lieben lernen durfte und immer noch mit IHM unterwegs sein darf. ER ist einfach das Beste, was mir in meinem Leben passiert ist :-)

Laaangsam fühle ich mich wieder unter den "Lebenden". Habe schon drei Mal eine kleine Runde auf der Langlaufloipe gedreht und bin stolz, dass ich das überhaupt geschafft habe. Nach den letzten Monaten ist das nicht selbstverständlich. Nach wie vor brauche ich genügend Schlaf, sonst bin ich zu Nichts zu gebrauchen! Über die Festtage kam der Schlaf etwas zu kurz und ich merke es körperlich auch :- (Unter vielen Leuten bin ich immer noch nicht gerne (ausser in unserer Church), denn das "Geplapper" macht mich müde und plötzlich kann ich mich nicht mehr konzentrieren.

Menschenansammlungen gehe ich lieber aus dem Weg.

Heute war ich einmal mehr zur Blutentnahme... Wie viele Nadelstiche sind es wohl schon? Habe sie leider nicht gezählt - wohl unzählige... und weitere werden folgen...

Naemi und Talitha sind vom 26.12.2017 - 1.1.2018 im Silvester-Teens-Camp von Adonia und Tirza genießt die Zeit mit ihren Tiptoi-Spielen bis ihr die Ohren wackeln ;-) Mein Mann genießt seine Ferien mit schlafen, Skifahren und Spiele spielen und ich beschäftige mich mit Himmelsbilder malen, lesen, Nichts-Tun, schlafen,...

9. Dezember 2018: Ein Jahr später...

Wie geht es mir heute? Meine Schilddrüse ist endgültig gestorben und funktioniert nicht mehr. Nun lebe ich mit Schilddrüsenhormonen, die ich in Tablettenform jeden Morgen eine halbe Stunde vor dem Frühstück schlucken muss - sonst kommt es nicht gut! Mir ist aufgefallen, dass ich auf vieles sensibler reagiere... Anhaltender Lärm wie Kindergeschrei, Kuhglocken, Laubbläser, ... machen mich immer noch „wahnsinnig“.

Meine Kräfte muss ich nach wie vor gut einteilen, aber man wird ja auch älter...

Psychisch bin ich nicht so belastbar, denn mir wird schnell etwas zu viel.

Schreiben ist und bleibt meine Leidenschaft - auch gerade um Dinge mit Gott zusammen zu verarbeiten. Zwischendurch entsteht ein persönliches Himmelsbild oder eines zum Verschenken. Ich liebe es, Menschen mit geschriebenen Worten, mit meinen Himmelsbildern, mit meiner einzigartigen Geschichte, ... zu ermutigen. Als Präsidentin des Vereins Safersurfing blühe ich in meinen Gaben auf und unter www.loveismore.org (ein Projekt von Safersurfing unter dem wir in christlichen Gemeinden unterwegs sind) liebe ich es, mit meinem Mann zusammen Vorträge über Pornografieabhängigkeit und Ausstieg mit persönlichen Berichten zu halten und Hoffnung zu schenken.

Ich bin gespannt, was Gott noch alles mit meinen Begabungen, mit meiner Geschichte, mit meinem Leben,... im Sinn hat.