

## Ohne Begleitung geht es nicht

Kürzlich habe ich mich selbst bei einer Freundin eingeladen. Ich sagte ihr: «Ich möchte wieder einmal richtig Zeit haben, um mit dir zu reden. Der Alltag flitzt bei mir nur so vorbei, ich komme nicht zur Ruhe. Hast Du Zeit?» Sie hatte. Und schon zwei Tage später sassen wir in ihrer Küche und tauschten aus, fragten nach, erzählten wie es uns geht. Und als ich nach zwei Stunden wieder heimwärts musste zum Kochen (unterwegs natürlich noch einkaufen), da hatte ich nicht nur einen Kaffee im Bauch, sondern auch eine grosse Zufriedenheit und Dankbarkeit im Herzen.

### Nicht immer spürt man, was man im Moment braucht

Es gibt aber auch Zeiten, wo ich den tausenderlei Pflichten hinterher jage, die von Aussen an mich herantreten, die ich mir aber zum Teil auch selber auferlegt habe. Ohne regelmässige Ruhepausen und ohne Austausch mit Freunden und Freundinnen, denen ich mich öffnen kann.

Dann werde ich nervig und ungeniessbar (so sagen es mindestens meine Kinder). Ich verliere den Kontakt zu meiner Mitte, wo ich im Tiefsten ich selbst bin, wo meine Lebenskraft sprudelt, wo Gott in mir wohnt.

### Eine spannende BegleiterInnen-Geschichte

Vor kurzem ist mir eine Geschichte aus der Bibel zugefallen. Sie steht im Alten Testament, im Buch Tobit. Da geht es um eine Familie – Vater, Mutter, heranwachsender Sohn –, wo sich der Vater in einer schwierigen Familiensituation an ein Darlehen, das er einem entfernten Verwandten gegeben hat, erinnert. Er schickt seinen Sohn, dieses Geld zu holen. Es ist ihm aber wichtig, seinen Sohn nicht unbegleitet auf diese weite Reise zu schicken und so heisst er ihn, sich einen passenden Begleiter zu suchen. Ohne dass es der junge Mann ahnt, wählt er sich einen Engel als Begleiter, der ihn dann durch alle Gefahren und Nöte begleitet.

### Ohne Begleitung geht es nicht

Beim Lesen dieser Geschichte ist mir wieder ganz deutlich geworden, wie sehr jeder Mensch Begleitung braucht. Nicht immer ist es so, dass der Mensch, mit dem ich zusammenlebe, im Moment mein Lebensbegleiter, meine Lebensbegleiterin ist. Zeitweise können ganz andere Menschen meine «Engel» sein: eine Ärztin, ein Krankenpfleger, eine Physiotherapeutin, jemand, der/die mich besucht und Anteil nimmt an meinem Schicksal, eine Freundin, die sich mit mir freut, ein Mensch, der für mich betet ...

In der biblischen Geschichte sagt der Engel zum jungen Mann Tobias: «Ich will mit dir reisen, ich kenne den Weg» (Tob 5,6). Wenn ich zurückblicke in meinem Leben, dann habe ich schon zahlreiche solcher Begleiter und Begleiterinnen gehabt – und ohne dass ich es merkte, war gerade in schwierigen Situationen (aber auch in schönen!) Gott quasi inkognito mein Begleiter bzw. meine Begleiterin.

*Monika Hungerbühler*