Das Gewitter im Kopf
Die Diagnose ADHS hat in den letzten Jahren zugenommen. Was es damit auf sich hat. **HINTERGRUND 2**

Regenbogen-Christen
Neu gibt es für Menschen aus der queeren Community auch Hauskreise: den «Zwischenraum». **REGION 4**

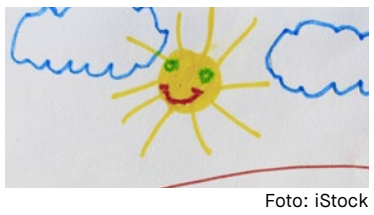


Foto: iStock

Herzenssache
Von erfülltem und unerfülltem Kinderwunsch. Und wie Menschen damit umgehen. **DOSSIER 5–8**

Kirchgemeinden
Wissenswertes über Ihre Kirchgemeinde lesen Sie in Ihrer Gemeindebeilage im 2. Bund. **AB SEITE 13**

reformiert.

Graubünden
Bündner Kirchenbote

Die evangelisch-reformierte Zeitung

Nr. 3/März 2026
www.reformiert.info

Post CH AG

Statt Angst und Hass ist die Solidarität gewachsen

Migration **Zwei Monate wehrten sich die Bürger von Minneapolis und Saint Paul gegen die Abschiebepolizei ICE. Pfarrpersonen berichten, wie sich Kirchen und Nachbarschaftsnetzwerke engagieren.**

Bei eisigen Temperaturen im Einsatz für Mitmenschlichkeit: Pfarrpersonen am Flughafen von Minneapolis-Saint Paul. Foto: Keystone/SDA

Sie sind in dicke Wintermäntel eingepackt, darüber tragen sie farbige Stolen, die sie als Geistliche kennzeichnen. Polizeibeamte bringen sie zu einem Bus, die Hände mit Kabelbindern gefesselt: Die Bilder von rund 100 Pastorinnen und Pastoren, die am Flughafen Minneapolis-Saint Paul festgenommen wurden, weil sie gegen die Abschiebepolitik von US-Präsident Donald Trump und seiner Regierung demonstrierten, gingen unlängst um die Welt.

Über Unterschiede hinweg
Unter ihnen war Jered Weber-Johnson, Pfarrer der St. John the Evangelist Episcopal Church in Saint Paul und regionaler Dekan. Die Proteste, an denen 700 Pfarrpersonen aus dem ganzen Land und von verschiedensten Konfessionen teilnahmen, beschreibt er als einen «zutiefst heiligen Augenblick». «Wir beteten und sangen gemeinsam über Unterschiede hinweg», berichtet er im Gespräch mit «reformiert.».

Bei der Festnahme hätten die Polizisten die Geistlichen respektvoll behandelt. Der Protest am Flughafen, einer Drehscheibe für Abschiebungen, rückte neben all den Bildern von Gewalt durch vermummte und hochgerüstete Beamte der Abschiebepolizei ICE kurzzeitig die Kirchen in den Fokus.

Unmittelbar nachdem ICE-Beamte bei einer Razzia die unbewaffnete dreifache Mutter Renée Good erschossen hätten, sei ihr Netzwerk angesprungen, sagt Sarah Brouwer, Pfarrerin der protestantischen Gemeinde St. Paul's United Church of Christ, die an der Organisation der Demonstration beteiligt war. Ein einzigartiges Netzwerk aus in der Region tief verwurzelten Gewerkschaften, interreligiösen Verbänden und Bürgerrechtsorganisationen, das sich schon in den Jahren zuvor gebildet hatte.

Die letzten zwei Monate verlangten von Brouwer und Weber-Johnson viel ab. «Es bleibt eine beängstigende Zeit», sagt Weber-Johnson. Brouwer und er sind wie Zehntausende andere Bürgerinnen und Bürger als «constitutional observers», verfassungsrechtliche Beobachter, unterwegs. Bürgerrechtsorganisationen bieten dafür Kurse an. Sehen sie, wie Beamte Menschen mit Migrationshintergrund festnehmen, dokumentieren sie das Geschehen mit dem Handy und geben die Informationen weiter. So wie Alex Pretti, der zwei Wochen nach Good bei einer Auseinandersetzung mit Grenzschützern erschossen wurde.

«Wir sind als Gesellschaft weniger gespalten als je zuvor.»

Jered Weber-Johnson
Episkopaler Pfarrer aus Saint Paul

Auf unterschiedlichste Weise engagierten sich Kirchgemeinden, teils Hand in Hand mit allgegenwärtigen Nachbarschaftsnetzwerken: Sie sammelten etwa Spenden, um Anwaltskosten für Festgenommene zu bezahlen. Weil sich viele Migrantinnen und Migranten aus Angst vor der Abschiebepolizei kaum mehr aus ihren Häusern trauten, kochten und lieferten manche Kirchen Hunderte Mahlzeiten aus.

Wache stehen für Kinder
Die Nervosität war hoch. In seiner Kirche sei auch ein Kindergarten untergebracht, den viele farbige Kinder besuchten, sagt Weber-Johnson. Kirchenmitglieder bewachten zu den Abhol- und Bringzeiten die Türen, damit sich die Kinder sicher fühlten. Er ist sich mit Brouwer einig, dass die Bevölkerung gesamthaft betroffen ist. Nahezu jeder kennt jemanden, der von ICE-Beamten festgenommen wurde oder der sich vor ihnen verstecken musste.

Für Kirchgemeinden, die vor allem Menschen mit Migrationshintergrund eine Heimat bieten, waren die letzten Monate fatal, viele Mitglieder trauten sich nicht mehr zum Gottesdienst, das Gemeindeleben kam zum Erliegen. «Ausgerechnet, wenn die Kirche am wichtigsten wäre für die Betroffenen, wird sie zur schwer erreichbaren Ressource», sagt Weber-Johnson.

In liberalen Gemeinden mit überwiegend weissen Mitgliedern wie der von Brouwer waren die Kirchenbänke an den Gottesdiensten hingegen voller als sonst. Die Pastorin führt das auf die Krise zurück: «Die Menschen brauchen einander, und ihnen hilft der Gedanke an eine höhere Macht.»

Es ist eine Ironie der Geschichte, dass die Regierung unter Donald Trump seit Monaten versucht, Hass auf Migrantinnen und Migranten zu säen, in den Zwillingsstädten aber vor allem Solidarität mit ihnen erntet. «Die Menschen stehen mehr zusammen, sind grosszügiger und mitmenschlicher», sagt Weber-Johnson. «Wir sind als Gesellschaft weniger gespalten als je zuvor.»

Traumatisierte Bevölkerung
Dass sich der Widerstand gelohnt haben dürfte, zeigt die Ankündigung des Grenzbeauftragten Tom Homan, dass sich ICE aus den Städten weitgehend zurückziehen werde. Er begründete den Entscheid mit dem angeblichen Erfolg des fragwürdigen Einsatzes. In Minneapolis wurde die Nachricht auch darum nur verhalten begrüsst.

Der demokratische Gouverneur von Minnesota, Tim Walz, betonte, dass die Bevölkerung nach diesen Wochen tief traumatisiert sei. Ähnlich äussert sich Brouwer. «Die Gesetzlosigkeit der Situation und die Tatsache, dass bislang niemand zur Rechenschaft gezogen wurde, fühlt sich noch an wie eine offene Wunde.» Die Demokratie sei im Land an so vielen Ecken und Enden gefährdet, dass viele Menschen weiter unter grosser Zukunftsangst litten.

Weber-Johnson befürchtet, dass vor allem die privilegierte weisse Bevölkerung ihre Wachsamkeit wieder verlieren könnte. Diese brauche es aber weiterhin im Einsatz für Gerechtigkeit und auch, um Migrationsgemeinschaften zu unterstützen. Der Pfarrer nimmt aus den vergangenen Wochen insbesondere mit, wie sich Gottes Werk auch ausserhalb der Kirchen offenbarte.

Nun gelangen aus vielen Teilen des Landes Pfarrpersonen an Sarah Brouwer, um von ihren Erfahrungen zu lernen. Die progressiven Kirchen hätten durch den Widerstand an Vertrauen gewonnen, hält die Theologin fest. Und immer häufiger würden auch konservative Christen zum Schluss kommen, dass sich das Vorgehen der Regierung nicht mit ihrem Glauben in Übereinstimmung bringen lasse. **Cornelia Krause**

Pfarrerin Catherine McMillan spricht über den Aufruf zum Schutz der Demokratie: **reformiert.info/aufruf**

ADHS wirft die Frage auf, wie viel Vielfalt möglich ist

Psychologie **ADHS-Diagnosen haben zugenommen, auch die Fälle, die mit Medikamenten behandelt werden. Überdiagnostik mit problematischem Therapieansatz? Zwei Fachleute ordnen ein.**

ADHS: Diese Buchstaben stehen für die sogenannte Aufmerksamkeitsdefizit-Hyperaktivitätsstörung. Betroffene können sich schwer fokussieren und organisieren, bis hin zur Überforderung. Zugleich sind sie häufig sehr einfühlsam, fantasievoll und kreativ. Auch die Pfarrerin, die im Text unten eigene Erfahrungen schildert, hat die Diagnose.

Die Frau, die nur anonym erzählen möchte, ist bei Weitem kein Einzelfall: Die Zahl der Diagnosen ist stark angestiegen. Auch wird ADHS fast doppelt so oft medikamentös behandelt wie noch vor vier Jahren. Speziell bei Buben schnellen die Diagnosen in die Höhe. Bei den Mädchen erfolgt seltener eine Diagnose, weil sie oft eine unauffälligere Form der ADHS haben.

Pascal Rudin ist Soziologe und Mitglied der ADHS-Expertengruppe des Bundesamts für Gesundheit. Er erklärt: ADHS sei biologisch nicht eindeutig nachweisbar und keine klar umrissene Krankheit. Die Definition dessen, was ADHS ist, sei kulturell geprägt. Ein zentraler Grund für den Anstieg liege in einem heute weiter gefassten Diagnosemodell. Mit dem Wechsel zu diesem sei die Schwelle für eine Diagnose in der Schweiz gesunken.

Illustration: Laura Edelbacher

Impulsiv und kreativ

Die Aufmerksamkeitsdefizit-Hyperaktivitätsstörung (ADHS) ist eine Entwicklungsstörung, die in der Kindheit auftritt und bis ins Erwachsenenalter andauert. Die Kernsymptome sind Unaufmerksamkeit, Hyperaktivität und Impulsivität. Was ADHS verursacht, ist nicht ganz geklärt. Sie erzeugt bei den Betroffenen mitunter grossen Leidensdruck, hat aber auch positive Seiten. Etwa ausgeprägte Empathie, Humor und Spontaneität. Viele Betroffene zeichnen sich auch durch grosse Kreativität aus. Wie die österreichische Illustratorin und ADHS-Betroffene Laura Edelbacher, die das Bild zu diesem Artikel geschaffen hat.

Während vor 25 Jahren rund ein Prozent der Buben betroffen waren, erhalten heute zwischen 11 und 20 Prozent eine ADHS-Diagnose. Inzwischen spricht selbst die Ärzteschaft beim Bundesamt für Gesundheit von einer Überdiagnostik.

Der Leistungsdruck steigt

Im internationalen Vergleich weist die Schweiz eine relativ hohe Diagnoserate auf, ähnlich wie Deutschland, jedoch unter den Werten der USA oder Israels. Doch das Diagnosemodell erklärt nicht alles: Auch äussere Faktoren spielen eine Rolle. Kinder wachsen heute mit vielen Reizen auf, TikTok und Games sind allgegenwärtig. Die Konzentrationsfähigkeit sinkt. Zugleich steigt der Leistungsdruck in der Schule. Früh sollen Kinder selbstständig arbeiten, planen und organisieren: Anforderungen, die besonders jene mit Aufmerksamkeitsproblemen an ihre Grenzen bringen.

Die Psychologin Stefanie Rietzler ist auf ADHS bei Kindern spezialisiert. Sie bestätigt zwar eine gewisse Überdiagnostik, nimmt aber auch eine gestiegene Sensibilität für das Thema wahr. Unaufmerksame oder impulsive Kinder habe es schon immer gegeben, sagt sie. Früher seien sie jedoch häufig als ungezogen oder faul abgestempelt worden. Eine Diagnose könne helfen, Schwierigkeiten besser zu verstehen und gezielt zu unterstützen. Für viele Betroffene wirke sie entlastend, weil sie das eigene Verhalten besser einordnen könnten.

Hier mahnt Rudin zur Vorsicht: Zur Identität werden dürfe die Diagnose nicht. Gerade bei Kindern und Jugendlichen sei diese stets vorläufig und müsse sorgfältig geprüft werden. Darin sind sich beide Fachleute einig: ADHS erfordert eine gründliche Abklärung und eine differenzierte Behandlung.

Diese besteht aus mehreren Bausteinen. Zentral sind die Aufklärung der Familie, Anpassungen im Schulalltag, Verhaltenstherapie und Achtsamkeitstraining.

In ausgeprägten Fällen kommen auch Medikamente zum Einsatz. Problematisch sei es jedoch, ein Medikament wie Ritalin testweise zu verabreichen, um eine Verdachtsdiagnose zu bestätigen. Rudin: «Gut ausgebildete Fachpersonen schöpfen andere Möglichkeiten aus, bevor sie zu Medikamenten greifen.»

> **«Kinder sollen nicht auf Erwartungen reduziert werden.»**
>
> Pascal Rudin
> Soziologe

Viel bewirken lässt sich auch ohne Tabletten. Lehrpersonen können den Fokus mehr auf Stärken legen, statt Defizite zu betonen. Denn Kinder mit ADHS reagieren besonders sensibel auf ständige Kritik.

Eine ethische Frage

Für Rudin führt die Debatte über ADHS über das einzelne Kind hinaus. Schule sei «extrem normierend und disziplinierend». Ob eine Gesellschaft das so wolle, sei letztlich eine ethische Frage. Als Christ verweist Rudin zudem auf eine theologische Perspektive, die den Menschen nicht an seiner Optimierbarkeit messe. Unvollkommenheit sei kein Makel.

Am Ende geht es damit um mehr als die Frage nach Diagnosen, Behandlungen und Medikamenten. Es geht darum, wie viel Vielfalt eine Gesellschaft aushält. Oder in den Worten von Soziologe Rudin: Hilfe beginne dort, wo Kinder, statt auf Erwartungen reduziert zu werden, als Teil einer Gemeinschaft wachsen dürfen. **Isabelle Berger**

«Die Diagnose hat viele Muster erklärt»

Betroffene **ADHS haben auch Erwachsene. Eine Pfarrerin erzählt von ihrer späten Diagnose und davon, wie ihr der Glaube im Alltag hilft.**

«Das Pfarramt eignet sich sehr für eine ADHS-Betroffene wie mich. Die abwechslungsreiche Arbeit mit Menschen ist anregend. Auch das Schreiben und die Auseinandersetzung mit Texten erfüllen mich. So entsteht kein gleichförmiger Trott, und ich bin stets intellektuell und menschlich gefordert. Das kommt mir entgegen, so, wie die ADHS bei mir ausgeprägt ist.

Jedoch erfordert das Pfarramt auch viel Selbstorganisation, Motivation und administrativen Aufwand. All das bereitet mir oft Mühe. Das Gefühl, in diesen Belangen hinterherzuhinken oder Wichtiges zu vergessen, belastete mich an meiner früheren Arbeitsstelle. Mir fehlte es an stützender Struktur, etwa durch ein Sekretariat. Unter anderem deshalb wechselte ich in eine grössere Kirchgemeinde.

Zur Person

Die Pfarrerin (48) will anonym bleiben. Da sie im öffentlichen Dienst steht und sich in Therapie befindet, möchte sie mit ihrer Diagnose diskret umgehen. Sie arbeitet in einer mittelgrossen Berner Kirchgemeinde.

Dass ich ADHS habe, dachte ich schon lange, liess es aber erst vor einem Jahr abklären. Ich konnte mich bis dahin immer wieder durchwursteln. Doch mit zunehmendem Alter und gesundheitlichen Belastungen ist der Leidensdruck gewachsen.

Auf den letzten Drücker

Denn durch die ADHS leide ich – wie ich jetzt weiss – unter anderem unter Gedankengrübeln, Mühe beim Setzen von Prioritäten und der Tendenz, alles auf den letzten Drücker zu erledigen. Alle diese Faktoren erzeugen grossen Stress, der wiederum zu physischen und psychischen Zusammenbrüchen führt. Das ertrug ich immer schlechter.

Dank Medikamenten und Therapie bin ich nun motivierter, schiebe Aufgaben weniger auf, habe mehr Durchblick und teile meine Energie besser ein. Dadurch haben die Zusammenbrüche stark nachgelassen.

Wäre ich bereits als Kind diagnostiziert worden, hätte ich meine Bedürfnisse besser kommunizieren und Selbstmanagement früher lernen können. Ich hätte mich auch weniger allein gefühlt. Und statt vor allem meine Mängel zu sehen, hätte ich das ausgeprägt Positive an mir betont: etwa Spontaneität, Fantasie, Extrovertiertheit und Empathie. Alles typisch für ADHS.

Heute ist Andersartigkeit bereits gut akzeptiert, und es gibt einen Austausch unter Betroffenen und in der Gesellschaft. Das ist befreiend. Ich wünsche mir, dass die Akzeptanz weiterwächst und es in der Arbeitswelt mehr Platz für Menschen mit Neurodivergenzen gibt. Auch die Kirche soll weiterhin bekräftigen, dass sie allen Platz bietet.

> **«Dank Medikamenten und einer Therapie sind meine Zusammenbrüche stark zurückgegangen.»**
>
> Pfarrerin
> ADHS-Betroffene

Theologisch gesehen sind wir alle einzigartig und Kinder Gottes. Auch erkenne ich bei mir charismatische Eigenschaften: die Begeisterungsfähigkeit, die Gabe, ohne viel Vorbereitung vor Leuten sprechen zu können, und auch, mich in viele Situationen hineinzudenken, Zugewandtheit, Unvoreingenommenheit, meine vielfältigen Interessen.

Gottes Liebe trägt in Krisen

Mein Glaube hilft mir auch, indem er mich lehrt, mich selber gernzuhaben und liebevoll mit mir umzugehen. So erlebe ich mich weniger defizitär. Zu wissen, dass Gott immer da ist und mich so liebt, wie ich bin, trägt mich in Krisen.» **Aufgezeichnet: Isabelle Berger**

Der Internist Cristian Camartin hat die Palliativstation im Kantonsspital Graubünden aufgebaut. Foto: Riccardo Götz

«Palliativmedizin ist immer individuell»

Medizin **Wenn Heilung nicht mehr möglich ist, beginnt die eigentliche Aufgabe: begleiten, lindern, da sein. Palliativmediziner Cristian Camartin über das Sterben – und was am Lebensende wirklich zählt.**

«Wenn nichts mehr zu machen ist, gibt es noch viel zu tun», so lautete Ihr Beitrag an der Bündner Pfarrsynode. Was bedeutet das?
Cristian Camartin: Bei uns in der palliativen Versorgung sind Menschen, die unheilbar krank sind. Dennoch gibt es Möglichkeiten, die Lebensqualität des Erkrankten zu verbessern. Nicht zuletzt durch Schmerztherapien. Neben der körperlichen gibt es vier weitere Dimensionen der Palliativmedizin: die Psyche, das Soziale, das Spirituelle, das Kulturelle. Die Therapie ist stets individuell und geschieht unter der Frage, was ist sinnvoll für den Patienten, nicht, was ist alles noch machbar.

Palliativmedizin

Die Palliativstation des Kantonsspitals Graubünden ist eine der grössten in der Schweiz. Daneben versorgt und berät der palliative Brückendienst Menschen daheim. Auch Seelsorgende der reformierten Kirche stehen zur Verfügung. Begründerin der modernen Palliativmedizin ist die britische Ärztin Cicely Saunders.

Brückendienst, täglich 24 Std. erreichbar:
081 250 77 44, 091 880 09 90 (Moesa),
info@brueckendienst-gr.ch

Müssen denn Menschen, die palliativ versorgt werden, ins Spital?
Nein. Der Grossteil der Versorgung findet daheim statt. Meistens machen das die Hausärzte. Im Kanton gibt es ausserdem den palliativen Brückendienst. Hier versorgen Pflegende die Patientinnen und Patienten zu Hause und können auch Schmerzinfusionen geben, um zu verhindern, dass der erkrankte Mensch ins Krankenhaus muss. Wir vom Spital sind in Rufbereitschaft, wenn etwas wäre.

Wenn dann jemand den Wunsch äussert, daheim sterben zu wollen: Kann das nicht beängstigend sein für die Angehörigen?
Eigentlich ist Sterben in den meisten Fällen nicht dramatisch. Es ist ein Prozess, der sich über eine gewisse Zeit erstrecken kann. Die Körperfunktionen gehen langsam zurück. Das heisst, der Mensch schläft viel, der Atem wird ruhiger, die Nahrungs- und Flüssigkeitsaufnahme stagniert. In unseren Vorgesprächen raten wir den Angehörigen übrigens davon ab, 24 Stunden am Bett des Sterbenden zu wachen, auch wenn sie das möchten. Die Erfahrung zeigt, dass man Sterbende auch mal allein lassen sollte. Nicht selten stirbt jemand in der Abwesenheit der Angehörigen. Dann wollte die sterbende Person vermutlich allein sein.

Haben Sie Erkenntnisse darüber, was Menschen am Lebensende besonders beschäftigt?
Das ist sehr unterschiedlich. Manche wünschen sich, noch einmal unter einem blühenden Apfelbaum zu liegen, andere möchten ein Konzert im Hallenstadion besuchen. Was vie-

«Das Sinnvolle, nicht das Machbare steht im Vordergrund.»

le verbindet, ist der Wunsch, nicht leiden zu müssen. Nachdenklich gestimmt hat mich jedoch eine Studie zur Frage, was Menschen am Lebensende auch noch stark beschäftigt: Es sind finanzielle Sorgen.

Ja, wir leben in einer Leistungsgesellschaft. Haben Sie Sorge, dass vulnerable Menschen das Gefühl bekommen könnten, sie müssen gehen, weil sie nicht mehr «leisten»?

Cristian Camartin, 54

Der Mediziner ist verheiratet und hat zwei Töchter. Die Ausbildung zum Internisten absolvierte er in diversen Spitälern in der Schweiz. Darauf folgte eine Weiterbildung in Palliative Care in St. Gallen, Stockholm und am King's College in London (GB). Camartin veröffentlichte mehrere wissenschaftliche Publikationen zur Palliative Care und verfolgt eine Vortragstätigkeit im In- und Ausland.

Bei den Patientinnen und Patienten, die wir betreuen, sehe ich diese Gefahr nicht. Die Frage stellt sich eher früher – etwa, wenn es um die Entscheidung für oder gegen eine bestimmte Therapie geht: Welchen Nutzen bringt sie, und was kostet sie? Auch beim Eintritt in ein Pflegeheim, das rund 10 000 Franken im Monat kosten kann, ensteht möglicherweise ein finanzieller Druck. Es darf aber keinesfalls eine Situation eintreten, in der finanzielle Aspekte über die Therapie oder Behandlung entscheiden. Dies wäre dann schon eine ungewollte Selektion.

In der Schweiz ist der assistierte Suizid erlaubt. Wie steht er im Verhältnis zur Palliativmedizin?
Der assistierte Suizid bedeutet, dass ein Mensch selbstständig ein tödliches Mittel einnimmt, mit dem Ziel, das Leben bewusst und rasch zu beenden. Die Palliativmedizin hingegen begleitet den natürlichen Sterbeprozess. Ihr Ziel ist es, Leiden zu lindern und die Lebensqualität bis zuletzt zu erhalten. Von den über 5000 Patientinnen und Patienten, die wir in den vergangenen 18 Jahren betreut haben, entschieden sich 16 für einen assistierten Suizid. Dafür mussten sie das Spital verlassen. Der assistierte Suizid ist kein Bestandteil der Palliativmedizin.

Was sollten wir über das Sterben wissen, ehe es so weit ist?
Es ist sinnvoll, sich frühzeitig Gedanken darüber zu machen, wo und wie man sterben möchte. Diese Wünsche sollte man in einer Patientenverfügung festhalten, damit sich das medizinische Personal im Ernstfall am eigenen Willen orientieren kann. Andernfalls werden die Angehörigen in die Entscheidung einbezogen – und unterschiedliche Vorstellungen können die Situation erschweren.

Und Sie als Palliativmediziner, wie gehen Sie eigentlich selbst mit dem Tod um?
Sterben ist Teil des Lebens. Das ist mir bewusst. Wir haben als Mitarbeitende auch die Möglichkeit zur Supervision, wenn wir sie mal benötigen. Ausserdem haben wir jede Woche ein Abschiedsritual für Menschen, die von uns gegangen sind. Doch trotz des vielen Leides steht bei der Palliativmedizin das Leben im Mittelpunkt.
Interview: Constanze Broelemann

Gepredigt

Der Dienst steht über der Herrschaft

Unter den Jüngern entstand ein Streit darüber, wer von ihnen als der Wichtigste gelten sollte. Jesus aber sagte zu ihnen: […] «Der Grösste unter euch soll werden wie der Kleinste; und der Führende wie der Dienende». (Lukas 22,24.26b)

«Der Führende soll werden wie der Dienende», sagt Jesus zu seinen Jüngern. Eine andere grosse Gestalt der Antike, der griechische Philosoph Platon, fragte hingegen: «Wie kann ein Mensch glücklich sein, der den anderen dienen muss?» Und er kam zum Schluss: «Wer dient, ist unterworfen, er ist nicht frei. Nur wer frei ist, kann wirklich glücklich sein.» Im Laufe der Menschheitsgeschichte scheinen sich nicht die Worte Jesu durchgesetzt zu haben, sondern die Worte Platons.

In der Bibel wird Gott als jemand dargestellt, der gern in Gemeinschaft mit seinen Geschöpfen ist, aber auch als derjenige, der beschlossen hat, die Gestalt eines «Dieners» anzunehmen, obwohl er über jedem Gesetz steht und ihm niemand Befehle erteilen kann. Im Neuen Testament wird das Wort «Dienst» mit «Diakonie» wiedergegeben. «Diener» heisst «Diakon», und «Diakon» ist eine der Bezeichnungen Christi. Wenn Jesus sagt: «Der Grösste unter euch […] soll werden wie der Dienende», dann sagt er uns nichts anderes als: «Seid wie ich! Folgt meinem Beispiel und werdet Diener an eurem Nächsten.»

Jesu Lehre vom Dienst wird bis heute von vielen Menschen ignoriert. Aber das bedeutet nicht, dass sie weniger wahr oder aktuell wäre. Versuchen wir, uns eine Gesellschaft vorzustellen, in der sich niemand ausgeschlossen fühlt, in der der Einsame jemanden findet, der ihn aufnimmt, der Betrübte getröstet wird, alle Kranken von Fürsorge umgeben sind, wer sein Zuhause und sein Vaterland verloren hat, es wiederfindet, Feinde versöhnt werden, Sünder und Sünderinnen Vergebung finden. Versuchen wir, uns eine Gesellschaft vorzustellen, in der die Liebe Christi nicht nur gepredigt, sondern gelebt wird – innerhalb und ausserhalb der Kirche – in konkreten Taten der Solidarität, des Verständnisses und der Vergebung.

Die Frage ist: Lohnt es sich nicht, Unannehmlichkeiten und Schwierigkeiten auf uns zu nehmen, um der Lehre Jesu treu zu bleiben? Solange es Menschen gibt, die entschlossen danach leben, wird das Christentum überleben. Die Aufgabe, die vor uns liegt, ist anspruchsvoll. Doch vergessen wir nicht die Worte des Apostels Paulus: «Ich vermag alles durch den, der mich stark macht, Christus» (Philipper 4,13).

Gepredigt am 11. Januar in Brusio

Paolo Tognina
Pfarrer in Poschiavo

Aus dem Kirchenrat

Sitzung vom
15.1.2026

Jugendarbeit
Der Kirchenrat nimmt die Beiträge des Jahres 2025 aus dem Jugendfonds zur Kenntnis: 100 Gesuche wurden mit einem Gesamtbetrag von 58 650 Franken unterstützt. Davon entfielen 21 920 Franken auf Konfirmandenlager und 36 740 Franken auf Jugendprojekte.

Weiterbildungen
Der Kirchenrat nimmt die Beiträge 2025 aus den persönlichen Weiterbildungskonten zur Kenntnis. Von 32 Synodalen wurden 39 Gesuche mit insgesamt 31 222 Franken unterstützt, weitere 18 Gesuche erhielten 15 389 Franken.

Spitalseelsorge
Der Kirchenrat genehmigt das überarbeitete Seelsorgekonzept sowie die Zusammenarbeitsvereinbarung mit dem Kantonsspital Graubünden rückwirkend auf den 1. Januar 2026.

Podcast
Der Kirchenrat beauftragt Moderator Chris Strauch mit einem neuen Podcast: Mit dem Mikrofon in der Hand wird Strauch in Bündner Gemeinden nachfragen, wie Kirche in Gemeinden gelebt wird. Geplant ist eine Mischung aus Talk und Reportage – zwölfmal pro Jahr.

Vernehmlassung
Der Kirchenrat unterstützt die Revision des interkantonalen Konkordatsvertrags zur Behebung des Pfarrmangels (Plan P). In Graubünden soll Plan P jedoch vorläufig nicht angewendet werden.

Kinderbibelkirche
Der Kirchenrat bewilligt das Projekt «Kinderbibelkirche» der Abteilung Kirchliches Leben.

Unterstützung
Der Kirchenrat unterstützt die Organisation Iras Cotis mit einem Beitrag von 2000 Franken. Iras Cotis veröffentlicht auf religion.ch Beiträge zu relevanten Themen.
Stefan Hügli, Kommunikation

Kirche sein für eine Minderheit

Gemeinschaft «Zwischenraum» ist ein internationales Netzwerk für gläubige queere Menschen. Die überkonfessionellen Hauskreise gibt es seit Februar neu auch in Graubünden.

Was um 2000 aus evangelikalen, freikirchlichen Kreisen entstanden ist, ist heute nun ein internationales Netzwerk für Menschen aller christlichen Denominationen: «Zwischenraum», seit 2006 als Verein strukturiert, ist im deutschsprachigen Raum (Deutschland, Österreich, Schweiz) und jetzt auch in Graubünden präsent. Queere Menschen treffen sich in Hauskreisen zum Gespräch über Gott und die Welt.

Inklusion ist das Ziel

Initiiert haben den Zwischenraum Graubünden Sascha Skwortz aus Davos und Daniel Kamber aus Chur. Sie sind homosexuell und haben beide einen freikirchlichen Hintergrund. Skwortz und Kamber kennen den Zwischenraum der Regionalgruppe Zürich, der damals von der reformierten Pfarrerin Priscilla Schwendimann geleitet wurde. Sie baute in Zürich die Mosaic Church auf, ein Projekt der reformierten Kirchgemeinde Zürich, die queere Menschen als Zielgruppe im Blick hat. Neben der Mosaic Church gibt es in Zürich eine Fachstelle als Anlaufstelle für die Kirchgemeinden.

Auch die Berner Kirche beschäftigt seit letztem Herbst eine Pfarrerin für die queere Gemeinschaft. Schwendimanns Wunsch ist, dass es solche Angebote irgendwann nicht mehr braucht, «weil queere Menschen in der Kirche bedingungslos angenommen sind».

In der Bündner Landeskirche gibt es zwar kein spezielles Pfarramt. Queere Menschen sind in der Bündner Kirchenlandschaft dennoch willkommen. Ausserdem hat der Evangelische Grosse Rat bereits 1999 eine Revision der Verordnung der Kirchlichen Gesetzessammlung beschlossen, wonach es den Pfarrpersonen freisteht, gleichgeschlechtliche Paare zu segnen.

Sascha Skwortz (links) und Daniel Kamber in Chur. Foto: Riccardo Götz

Trotzdem gibt es auch weiterhin Unverständnis, vor allem aus kirchlich konservativen Kreisen. Sascha Skwortz, Theologe und früher Jugendpastor einer Freikirche, haderte lange mit sich. Auf Anraten eines «Mentors» besuchte er ein Seminarwochenende in Polen, wo es um die Behandlung traumatischer Erlebnisse ging, mit dem Ziel, «zur Heterosexualität zurückzufinden».

Gott als Anker

Eine traumatische Kindheit und Jugend hat auch Daniel Kamber hinter sich. Er wuchs im Umfeld des Evangelischen Brüdervereins (heute Gemeinde für Christus) auf. «Mir wurde ein rächender, strafender Gott vermittelt», so Kamber. Ein Gott, für

> **«Mir wurde ein rächender und strafender Gott vermittelt.»**
>
> Daniel Kamber
> schulischer Heilpädagoge

den queere Menschen als Sünder galten. Zuspruch fand er im Zwischenraum in Zürich. «In der Gemeinschaft habe ich erfahren, dass meine Beziehung zu Gott und die Beziehung zu meinem Partner zusammengehören dürfen.»

Gott, das Gebet und die Bibel seien auch sein Anker in herausfordernden Umbruchzeiten gewesen, sagt Sascha Skwortz, der in Davos als Sozialdiakon in Ausbildung arbeitet, «der Zwischenraum war meine Andockstelle». Das war für ihn mit ein Grund für die Lancierung eines Hauskreises in Graubünden. Zwischenraum ist aber weit mehr als ein Hauskreis. Bildungs- und Dialogveranstaltungen für Kirchgemeinden und Fachpersonen gehören ebenso dazu wie das mehrtägige Jahrestreffen mit Vorträgen, Workshops, Konzerten, Discos und thematischen Gruppengesprächen.

Seit ein paar Jahren gibt es die «Coming-In»-Konferenz, die sich an jene richtet, die queere Menschen in ihren christlichen Gemeinden willkommen heissen und unterstützen wollen. Rund 700 «allies» (Verbündete) zählte das letzte «Coming-In»-Treffen, so Skwortz. Darunter Vertreter von Landeskirchen oder der Gemeinschaft der Zeugen Jehovas. «Sie eint die Vorstellung des Gottes, der offen ist für alle.» **Rita Gianelli**

Queer: eine Definition

Queer ist eine Art Regenschirm-Begriff für alle, die sich nicht heterosexuell fühlen. Queer umfasst Menschen, die sich als a-, bi-, pan-, homo- und polysexuell bezeichnen, und Menschen, die sich nicht mit dem Geschlecht definieren, das sie von Geburt an haben.

Kontakt Zwischenraum GR: graubuenden@zwischenraum-schweiz.ch

INSERATE

BDG

Bürgschafts- und Darlehensgenossenschaft der Evang.-reformierten Landeskirche GR

Zinsgünstige Darlehen

bei

- Kauf und Sanierung von Liegenschaften
- Landkauf für landwirtschaftliche Nutzung
- Kauf von Maschinen und Einrichtungen
- Aus- und Weiterbildungen
- Überbrückung von finanziellen Engpässen
- Mietzinskautionen

für Angehörige der Landeskirche und Kirchgemeinden

BDG
Quaderstrasse 18 ▪ 7000 Chur
081 252 47 00 ▪ bdg@bdg-gr.ch
www.bdg-gr.ch

DOSSIER: *Kinderwunsch*

Wenn das Leben andere Pläne hat

Fünf Jahre bestimmte der Kinderwunsch ihr Leben. Katrin Schmitter und Fabian Fellmann durchliefen Abklärungen und Behandlungen. Am Ende führte der Weg jedoch woandershin.

Montagmittag in einer hellen Altbauwohnung in der Stadt Bern. Katrin Schmitter und Fabian Fellmann sitzen am Küchentisch, trinken Kaffee. Sie sprechen über ein Thema, das sie schon lange begleitet.

Fünf Jahre wünschten sie sich nichts sehnlicher, als Eltern zu werden. Der Kinderwunsch bestimmte ihr Leben. Es gab spontane Schwangerschaften, doch Schmitter verlor das Kind kurz darauf jeweils wieder. Nach der zweiten Fehlgeburt empfahl die Frauenärztin, ein Kinderwunschzentrum aufzusuchen. Dort bekamen die beiden einen Satz zu hören, der sie bis heute beschäftigt: «Bis zu drei Fehlgeburten sind eigentlich normal.» Schmitter erinnert sich, wie sie daraufhin fragte: «Was heisst denn normal?»

Mit jedem Zyklus kam auch die Angst vor einem erneuten Verlust. Im Zentrum habe man ihnen erklärt, dass man in den meisten Fällen keinen klaren Grund finde, warum es nicht klappe. Zuerst hatten beide das Gefühl: Jetzt, unter professioneller Obhut, geschieht endlich etwas. Bald jedoch fühlte es sich nach Kontrollverlust an. Der Alltag richtete sich nach den Behandlungsterminen, nach Blutwerten und Eisprung. «Ich war gefühlt alle zwei Tage dort», berichtet Katrin Schmitter. Aber die Therapie sei nicht wirklich auf sie zugeschnitten gewesen.

Der Abschied vom Kinderwunsch fiel Katrin Schmitter und Fabian Fellmann nicht leicht. Foto: Sophie Stieger

Zwangspause Pandemie

Der Kinderwunsch begann, Zeit, Energie und Aufmerksamkeit zu absorbieren. Das Paar wechselte das Zentrum, entschied sich für eine In-vitro-Fertilisation. Doch Schmitter wurde nicht schwanger. Dann kam die Corona-Pandemie. Alles wurde eingestellt. Für die heute 46-Jährige war die Zwangspause entlastend. «Zum ersten Mal hatte ich nicht das Gefühl, ich bin schuld.»

Ihr Partner jedoch erlebte diese Phase ambivalent. «Kinderwunsch ist ein Paarthema», so Fellmann. «Es braucht immer zwei.» Gleichzeitig finde fast alles am Körper der Frau statt. «Sie ist viel unmittelbarer betroffen.» Für ihn habe das bedeutet, die Partnerin auf dem Weg zum gemeinsamen Ziel zu ermutigen und zugleich zu sehen, dass dieser Weg für die Partnerin kaum mehr aushaltbar sei. «Das ist eine schwierige Position.» Aufhören sei kein klarer Schnitt gewesen. «Das ist ein Trauerprozess», sagt Fellmann.

Nach der Pandemiepause wurde Schmitter noch einmal auf natürlichem Weg schwanger, verlor das Kind jedoch erneut. Danach war für sie klar, dass sie diesen Weg nicht weitergehen konnte. «Jetzt ist fertig», sagt sie. «Ich wollte das nicht noch einmal durchmachen.»

In dieser Zeit eröffnete sich eine andere Möglichkeit. Fellmann, der als Journalist arbeitet, erhielt eine Korrespondentenstelle in Washington. Sie gingen gemeinsam in die USA. «Das hätten wir so nicht gemacht, wenn wir ein Kind gehabt hätten», sagt Schmitter. Der Aufenthalt schuf Distanz, auch innerlich.

In Washington begann die Kommunikationsfachfrau gezielt in Artikeln und Beiträgen nach Geschichten zu suchen, die ihrer ähnelten. «Aber ich habe fast nur solche mit Happy End gefunden», sagt sie. Erzählungen von Paaren, die alles unternehmen – und bei denen es am Ende doch noch klappt. Doch was, wenn es nicht so ausgeht? Die Frage blieb meist unbeantwortet. Aus dieser Leerstelle entstand vor drei Jahren der Podcast «Expectations – geplant und ungeplant kinderfrei», den sie mit Rahel Perrot moderiert. Menschen erzählen dort ihre Geschichten. Bereits gut 60 Folgen sind erschienen: Es entwickelte sich so ein Peer-Projekt für Menschen mit unerfülltem Kinderwunsch.

Kinder sind Teil ihres Lebens, nur nicht ihre eigenen. Schmitter und Fellmann sind Götti und Gotte von zwei Kindern, mit engem Kontakt. Nähe, Verantwortung und Beziehung finden statt. Die Frage nach eigenen Kindern bleibe eine persönliche. «Neutral wird sie für mich nie sein», sagt Schmitter. Im Alltag komme sie dennoch oft früh, etwa beim Kennenlernen. «Zum Small Talk eignet sich das Thema nicht.» Offenheit sei wichtig, aber auch Achtsamkeit: «Wer nach Kindern fragt, sollte auch bereit sein, bei einem Nein zuzuhören, und sich im Klaren sein, dass dahinter eine sehr persönliche Geschichte steht.»

Unhinterfragte Norm

Die Wintersonne scheint hell auf den Holzboden, draussen zieht der Tag weiter. Fellmann hält fest: «Die klassische Familie gilt weiterhin als unhinterfragte Norm.» Für Lebenswege, die anders verlaufen, fehlen oft Sprache und gesellschaftliche Selbstverständlichkeit. Kinderlosigkeit werde schnell als Defizit gelesen. Dabei zeige sich gerade hier, wie stark Lebensentwürfe von Erwartungen geprägt seien.

Immer wieder höre sie in Gesprächen, man könne «trotzdem» glücklich sein, auch ohne Kinder. Dieses Trotzdem brauche es jedoch nicht. Schmitter hält inne. «Ich bin glücklich.» Nicht als Trost für etwas, das fehle. **Sandra Hohendahl-Tesch**

«Die Frage nach eigenen Kindern bleibt eine persönliche.»

Katrin Schmitter
Kommunikationsfachfrau

«Wir sind nie gehänselt worden»

Malin Gaensslen ist mit einem Bruder und zwei lesbischen Müttern aufgewachsen. Und einem fernen Vater.

Zwei Mütter zu haben, das ist für Malin Gaensslen das Normalste der Welt. So ist sie aufgewachsen, sie kennt nichts anderes. «Je älter ich werde, desto bewusster wird mir, wie glücklich ich mit meiner Familie bin», sagt die 22-Jährige, die im grau-blauen Hoodie an einem Tisch in der Luzerner Kino-Bar Bourbaki sitzt. Schon als Kind war Familie für sie etwas, das sich gut anfühlte. Sie erinnert sich, dass sie mit etwa zehn Jahren ihren Müttern erklärte: «Ihr beide und mein Bruder Lou seid meine Familie, Papi ist wie das Chriesi auf der Torte.»

Zum Kinderwunsch stehen

Als sich die Mütter von Malin in den 1990er-Jahren kennenlernten, war es für lesbische Frauen noch weniger selbstverständlich als heute, sich den Wunsch nach einem Kind zu erfüllen. Schwule und Lesben hatten zwar schon länger damit angefangen, aus der Unsichtbarkeit zu treten und sich ihren Platz in der Gesellschaft zu erobern. Doch bis zur juristischen Gleichstellung durch die «Ehe für alle» war es noch weit.

«Lisa sagt, durch Maya sei für sie eine neue Welt aufgegangen», erzählt Malin. Maya, die Jüngere der beiden, wollte unbedingt eigene Kinder und suchte nach Wegen, sich den Wunsch zusammen mit ihrer neuen Partnerin Lisa zu erfüllen. Über eine Kollegin lernten sie einen Brasilianer kennen, der in Zürich und Brasilien lebte und sich mit Lisas und Mayas Vorstellungen von Vaterschaft einverstanden erklärte: Seine Rolle sollte die des Erzeugers sein, aufwachsen würden die Kinder bei den beiden Müttern.

Von Anfang an spielten die Frauen mit offenen Karten. Bei der Geburt im Spital, bei den Behörden, vor Verwandten, Bekannten und später in den Schulen traten Lisa und Maya als Eltern von Lou und Malin auf, auch nachdem ihre Liebesbeziehung zerbrochen war.

Ihre Offenheit zahlte sich aus. «Unser Umfeld war mit der Situation vertraut. Wir sind beide nie gehänselt oder gemobbt worden, weil wir zwei Mütter haben», sagt Malin. Einzig beim Übertritt in die Sek habe sie kurz die Befürchtung gehabt, schräg angeschaut zu werden. «Aber in der Pubertät sind einem eh alle Eltern peinlich.»

Von ihrem Bruder weiss Malin, dass ihm in dieser Phase ein männliches Vorbild in der Familie fehlte. «Er kam trotzdem gut damit zurecht und suchte ausserhalb danach. Er orientierte sich zum Beispiel an einem Lehrer, mit dem er sich megagut verstand.» Ihren Vater bekamen Lou und Malin zwei- bis dreimal im Jahr zu sehen und immer an ihren Geburtstagen. Diese Beziehung sei vergleichbar mit der zu einem Onkel oder einem Götti.

Momentan ist Malin als Praktikantin in einem Kinderheim tätig. Bald wird sie Soziale Arbeit studieren. Sie sagt, in ihrer Bubble sei es normal, heteronormative Rollenbilder kritisch zu hinterfragen, die Geschlecht, Verhalten und sexuelle Orientierung klar definieren.

Der Vermutung, dass Kinder von homosexuellen Paaren die gleiche Neigung entwickeln wie ihre Eltern, widerspricht sie vehement. «Mein Bruder und ich sind das beste Beispiel, dass das nicht stimmt.» Nun lacht sie fröhlich und ergänzt: «Ich persönlich möchte mich allerdings nicht festlegen.»

Liebe kann nicht schaden

Traurig stimmt Malin, dass Homophobie an vielen Orten auf der Welt derzeit wieder zunimmt und die Sicherheit von Homosexuellen gefährdet ist. «Wenn zwei Menschen sich lieben, schadet das niemandem, es schränkt andere nicht ein. Auch ihre Kinder nicht», hält Malin fest. «Sie können genauso glücklich aufwachsen und lebensfähig werden wie Kinder aus traditionellen Familien.» **Veronica Bonilla Gurzeler**

Familie ist möglich, auch auf unkonventionelle Art. Fotos: zvg

«Keiner will die Eltern überführen»

Als Hannes Streif erfuhr, dass er von einem anonymen Samenspender abstammt, geriet einiges ins Wanken.

Als Anwalt ist es Hannes Streif gewohnt, dass Menschen lügen. Der 45-Jährige weiss, dass sie mit kleinen und grossen Verschiebungen ihre eigene Geschichte zu ihren Gunsten zurechtrücken, im Bestreben, Schaden zu begrenzen. «Lügen ist menschlich», sagt er, «das haut mich nicht aus den Socken.» Auch er selbst erfindet manchmal Notlügen, privat, nicht im Beruf.

Eine Lüge aber riss ihn aus seinen Gewohnheiten. Sie hinterliess in seinem Leben eine Zäsur, die bis heute spürbar ist. Hier in dieser Kanzlei, wo die Aufdeckung dieser Lüge ihren Anfang nahm, erhielt er 2017 ein Päckchen eines Unternehmens, das DNA-Tests anbot, um mehr über die eigene ethnische Herkunft zu erfahren. Aus purer Neugier wollte Hannes Streif schauen, woher seine dunklen Augen und Haare stammen könnten. Das Resultat ein paar Wochen später brachte dann aber keine Ahnen in Übersee, sondern: zwei Halbbrüder.

Ein Fremder im Spiegel

Streif dachte erst an eine Verwechslung. Dann, dass sein Vater eine Aussenbeziehung hatte. Die Wahrheit eröffnete ihm eine Mail an den einen Halbbruder, der in Wien lebt. Dieser erzählte ihm, dass sie einen gemeinsamen biologischen Vater haben. Einer, der im Jahr 1981 anonym Samen spendete.

Als Streif seine Mutter damit konfrontierte – der Vater war verstorben –, erzählte sie ihm, dass dieser unfruchtbar war und sie sich im Inselspital Bern hatte behandeln lassen. Wer der Spender war, wusste sie nicht, das Spital gab keine Informationen. Das ist heute verboten, ein Mensch hat das Recht auf das Wissen über seine Herkunft.

Jetzt, neun Jahre später, haben sich Hannes Streifs Gefühle rund um seine Herkunft gelegt. Als er aber im Sitzungszimmer seiner Kanzlei berichtet, was dies damals auslöste, werden sie noch einmal deutlich spürbar. «Im Spiegel erblickte ich damals plötzlich einen Fremden. Im Lift, im Badezimmer – überall betrachtete ich mich und dachte: Wer zum Teufel schaut mich da an?»

Nach einer intensiven Recherche fand er heraus: Sein biologischer Vater war ein Student, der während vier Jahren pro Woche zweimal Samen spendete. Kontakt mit ihm aufzunehmen, war leider nicht mehr möglich, auch er war inzwischen gestorben. Streif fand jedoch dessen zwei Töchter. Sie erzählte ihm, dass ihr Vater ein Lebemann gewesen sei, das Leben genoss.

Bis heute hat er mit ihnen und inzwischen einem Dutzend weiteren Halbgeschwistern Kontakt. Es dürfte erst die Spitze eines Eisbergs sein. Er strahlt, als er erzählt, dass sie sich regelmässig träfen und stets viel Spass hätten. «Wir haben alle den gleichen Humor – und wir Männer nutzen alle das gleiche Deo.» Er sagt überzeugt: «Mein biologischer Vater und ich, wir wären ein super Match gewesen.»

Die Wahrheit zumuten

Mit dem Wissen um seinen Vater fühlte Streif sich wieder ganz. «Als hätte ich den Arm, der mir abgerissen worden war, wieder angenäht bekommen.» Seine ambivalenten Gefühle den Eltern gegenüber verschwanden aber nicht mehr. Er sagt: «Ich grollte ihnen sehr. Wie konnten sie mir das vorenthalten?»

Sein sozialer Vater habe der Mutter auf dem Sterbebett das Versprechen abgenommen, dass sie es ihrem Sohn nie mitteilen dürfe. «Ich bedaure, dass ich ihm nicht mehr sagen konnte: Hey, du hättest es mir sagen können, ich wäre dir nicht böse gewesen.» Das habe er auch zu seiner Mutter gesagt.

«Dass ich ein Kind von einem Samenspender bin, ist nicht schlimm. Schlimmer ist, dass ich meine Eltern überführen musste. Das will man nicht.» **Anouk Holthuizen**

«Wer ist mein Vater?», wird sich der Bub einmal fragen. Fotos: zvg

«Als wäre man ein bunter Vogel»

Elena und Lia haben einen Herzenspapi und einen biologischen Vater. Und eine Mutter mit viel Power.

«Mami hat nie ein Geheimnis aus unseren Familienverhältnissen gemacht, weder uns beiden noch anderen gegenüber», berichtet Elena, und ihre Zwillingsschwester Lia nickt dazu. Die 22-jährigen Studentinnen, die eigentlich anders heissen, sitzen nebeneinander auf dem Sofa und sprechen in unaufgeregtem Ton über ihre ungewöhnliche Familiengeschichte.

Von klein auf wussten die beiden, dass sie zwei Väter hatten. Jürg, den deutlich älteren Partner ihrer Mutter, nennen sie Herzenspapi. Er lebt in einer anderen Stadt. Da er bereits erwachsene Kinder hatte, wollte er kurz vor der Pension nicht nochmals Vaterschaftspflichten übernehmen. Ihre Mutter respektierte dies – und fand im Internet einen Samenspender, der sich anerbot, regelmässigen Kontakt zu den von ihm gezeugten Kindern zu pflegen. Er wurde ihr biologischer Vater.

Mehrere Halbgeschwister

Es gibt ein Foto von ihm, Lia und Elena kurz nach der Geburt. Alle paar Jahre sahen sie sich, einmal sogar mit den Müttern und dem Dutzend Kindern, die mithilfe des gleichen Spenders entstanden waren. Lia: «Er ist für uns kein Unbekannter. Aber weder sonderlich interessant noch relevant.»

Mit 19 trafen sie ihn das erste Mal ohne ihre Mutter. Und erfuhren von ihm persönlich, was ihn veranlasst hatte, nicht anonymer Samenspender zu werden. Seine eigene Mutter hatte ihm, der 1946 in Deutschland geboren wurde, nie verraten, wer sein Vater war. Diese Leerstelle in seinem Leben hatte ihm derart zugesetzt, dass er sich entschied, Kindern eine transparent geregelte Herkunft und den Kontakt zum Erzeuger zu ermöglichen.

Ihnen sei die Tragweite ihrer Familienkonstellation erst im Lauf des Erwachsenwerdens klar geworden, sagen Lia und Elena. Noch heute sorge die simple Frage etwa nach der Berufstätigkeit der Eltern zuweilen für sozialen Stress. Lia: «Antworte ich, ohne dabei zu lügen, fühlt es sich schnell an wie Oversharing, wie ein Zuviel, weil es keine Kurzversion unserer Geschichte gibt. Man fühlt sich wie ein bunter Vogel.» Elena sagt je nach Situation auch mal nur, es sei kompliziert.

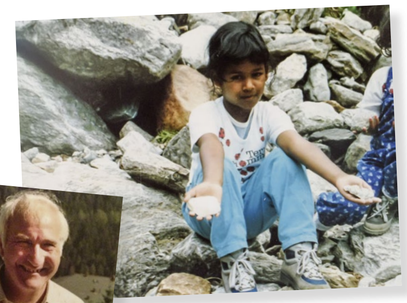
Fragiles Familienmodell

Beide sind tief beeindruckt von dem, was ihre Mutter geleistet hat. «Sie war für uns verantwortlich, kümmerte sich um ein tragfähiges soziales Netz, arbeitete und trug das volle finanzielle Risiko», sagt Elena. Darüber hinaus habe sie einen absolut klaren Wertekompass. Dieser sei weder moralisierend, noch orientiere er sich an gesellschaftlichen Normen, sondern ermutige, selbst zu denken und die Verantwortung für getroffene Entscheidungen zu übernehmen. «Das hat sie uns megafest mitgegeben und hilft uns, offen auf die Welt zuzugehen.»

Offener Blick auf die Welt: Lia und Elena. Fotos: zvg

Ein grosses Glück war, dass niemand von ihnen jemals schwer erkrankte oder andere gravierende Krisen eintraten. Darüber habe die Familie in den letzten Jahren häufig gesprochen. «Früher war es für Mami nicht möglich, sich mit dem Gedanken zu konfrontieren, wie verletzlich unser Familienmodell war», sagt Lia. Als Kind spüre man, wenn man zur Hauptsache von einer einzigen Person abhängig sei. Wäre ihr etwas passiert, wäre das «komplett verheerend» gewesen. So aber könne man mit einer positiven Bilanz zurückschauen.

Die Zwillinge sind auch dankbar, dass Herzenspapi Jürg bis heute zu ihrem Leben gehört. Es habe zwar durchaus Momente gegeben, in denen sie sich eine normale Familie wünschten. Doch nirgends sei alles perfekt. «Wir haben es megagut zu dritt. Wir sind uns extrem nah», sagen beide. **Veronica Bonilla Gurzeler**



Selina Cadonau: Schöne und doch ambivalente Kindheit. Fotos: zvg

«Wir waren exotisch in diesem Dorf»

Ihre Herkunft ist das Lebensthema von Selina Cadonau. Als adoptiertes Kind erlebte sie zwiespältige Gefühle.

Selina Cadonau war für ihre Adoptiveltern das absolute Wunschkind. Gleichzeitig fühlte sie sich von ihrer leiblichen Mutter in Indien unerwünscht, verlassen, ihr entrissen. Mit dieser Diskrepanz hatte Selina lange zu kämpfen. Sie fühlte sich entwurzelt. So, als ob sie haltlos durchs Universum schweben würde, wie sie es in ihrem Blog beschrieb, in dem sie sich mit ihrer Herkunft und dem Thema Adoption vertieft auseinandersetzte.

Heute sitzt einem eine 44-jährige, selbstbewusste und lebensfrohe Frau gegenüber, die sagt: «Ich spüre meine Wurzeln, weil ich mein Daheim nicht mehr im Aussen suche. Heute bin ich in mir selbst daheim.»

Geboren wurde Selina in Indien. Sie kennt den Vornamen ihrer leiblichen Mutter. Sie weiss, dass diese Frau für die Geburt in ein Krankenhaus ging und dass sie fünf Monate lang täglich ins Waisenhaus kam, um ihr Baby zu stillen. «Das bedeutet mir sehr viel», sagt Selina, die selber Mutter zweier Töchter ist. «Ja, ich glaube, meine leibliche Mutter wollte mir so ihre Liebe mit auf den Weg geben.» Dieser Weg führte das Baby mit seinen Adoptiveltern ins Bündner Bergdorf Scuol. Dort wuchs Selina mit ihrer Schwester auf, sie ist ebenfalls ein Adoptivkind aus Indien.

Eine Familie unter Druck

«Wir hatten eine perfekte Kindheit. Unsere Eltern taten alles für uns», erzählt Selina Cadonau. Mit ihrer dunklen Haut und den rabenschwarzen Haaren fielen die beiden Mädchen auf. «Wir waren exotisch in den 1980er-Jahren und in diesem doch kleinen Dorf.» Selina fühlte sich dennoch akzeptiert. Anders als ihre jüngere Schwester habe sie selten Rassismus erlebt, sagt sie.

Erst als erwachsene Frau wurde Selina Cadonau klar, wie gross der Druck war, der auf der ganzen Familie lastete: Der Vater war Lehrer im Dorf, die Adoption zweier Mädchen aussergewöhnlich. «Es musste einfach funktionieren. Wir mussten gut in der Schule sein und brave Töchter, später erfolgreiche Studentinnen.» Wenn Selina von ihrer Kindheit erzählt, spürt man noch immer etwas von der Zerrissenheit, die sie als junge Frau jahrelang quälte. «Unsere Eltern holten uns ins Paradies, sie ermöglichten uns den besten Start ins Leben, sie liebten uns – da durfte ich doch nicht scheitern, undankbar oder sogar traurig sein.» Heute sagt sie: «Diese zwiespältigen Gefühle sind normal, und ich darf sie zulassen.»

Ein selbstbestimmtes Leben

Das Thema Kinderwunsch sieht Selina auch von zwei Seiten: Einerseits sei es etwas sehr Schönes, sich Kinder zu wünschen, andererseits schwinge da auch eine Portion Egoismus mit. «Das Kind – ob es nun leiblich oder adoptiert ist – kann zu diesem Wunsch ja nichts sagen.»

Kinder spielten in ihrem Leben immer eine wichtige Rolle. Sie hütete als Teenager Babys, leitete Lager und wurde Lehrerin. «Und ich wollte immer Mutter werden. Ich spürte eine tiefe Sehnsucht, einem Kind ein schönes Daheim zu erschaffen.» Zudem wollte sie erleben, wie es ist, Blutsverwandte zu haben.

Ihre Töchter sind zwölf- und neunjährig. «Ich ermutige sie, ihr Leben so zu gestalten, wie es ihnen entspricht.» Selbstbestimmt. Sie hat sich als Coach selbstständig gemacht und unterstützt Menschen, ihren persönlichen Weg zu finden.

Nach ihrer leiblichen Mutter hat Selina Cadonau nie gesucht. Was, wenn heute eine Fee zu ihr käme und ein Treffen ermöglichen würde? Cadonau überlegt nicht lange: «Dann möchte ich meine Mutter treffen. Aber nicht, weil mir etwas fehlt. Sondern, weil ich etwas dazugewinnen würde. Aus Interesse. Und aus Liebe.» **Mirjam Messerli**

Hohe Kosten und rechtliche Hürden

Politik **Der Bundesrat hat vor, auch in der Schweiz Eizellenspenden zu erlauben. Eine breite Allianz wie auch kirchliche Stimmen wollen mit Blick auf Single-Frauen sogar noch weiter gehen.**

Natürlich: Richtig teuer werden Kinder erst nach der Geburt. Bis zum 20. Altersjahr geben Eltern in der Schweiz je nach Schätzung rund 400 000 Franken pro Kind aus, also etwa 20 000 jährlich. Bis zur Geburt kosten sie meistens fast nichts – ausser für die Eltern der rund 2500 Kinder, die jedes Jahr dank der Reproduktionsmedizin in der Schweiz zur Welt kommen.

Wie viel das kostet, ist nur ungefähr zu beziffern. Sicher sind es mehrere Tausend Franken, je nach Ort, Weise der Behandlung und Erfolg. Doch das Feld sei breit, sagt Mischa Schneider vom Kinderwunschzentrum Baden. Der Gynäkologe und Präsident der Schweizerischen Gesellschaft für Reproduktionsmedizin (SGRM) nennt trotzdem einen Richtwert: «Im Falle einer künstlichen Befruchtung kostet ein Zyklus 8000 bis 10 000 Franken.» Kommt es nicht zu einer Schwangerschaft, gibt es Folgekosten.

Bei der sozialen Gerechtigkeit befindet sich die Schweiz im Vergleich zu Resteuropa aber im Hintertreffen. Wer nicht genug Geld hat, kann sich den Kinderwunsch nicht erfüllen. Von der Krankenkasse unterstützt werden in der Regel einzig die diagnostischen Abklärungen bei Unfruchtbarkeit, die Hormonbehandlung bei der Frau für eine künstliche Befruchtung und die Insemination, das heisst das Einführen von Samenzellen (vom Partner oder aus einer Spende) in die Gebärmutter. Für die In-vitro-Fertilisation und Präimplantationsdiagnostik gibt es nichts. In Deutschland jedoch übernehmen die Krankenkassen bis zur Hälfte, in Frankreich sogar alle Behandlungen von Frauen unter 43.

Revision wird begrüsst

Die Kosten sind jedoch nur einer der Faktoren bei der Erfüllung des Kinderwunschs, der mit etwelchen Ungleichheiten einhergeht. So sind in der Schweiz die Eizellenspenden noch verboten. Und bislang ist es nur verheirateten Paaren gestattet, die Möglichkeiten der künstlichen Befruchtung zu beanspruchen.

Zwar will der Bundesrat mit der vor Jahresfrist eingebrachten Revision des Fortpflanzungsmedizingesetzes einiges ändern. Unter anderem möchte die Landesregierung die Eizellenspende erlauben, beide Spendearten, das heisst Samen und Eizelle, auch unverheirateten Paaren ermöglichen und Schutzmassnahmen für Eizellenspenderinnen festlegen. Die Revision wird grundsätzlich politisch breit begrüsst – aber ebenso breit fordern unter anderem parlamentarische Initiativen weiter gehende Änderungen.

Mitglieder aus den sechs stärksten Parteien in Nationalrat fordern, dass auch alleinstehende Frauen Samenspenden sollen empfangen dürfen. Das Anliegen wird auch schon seit fünf Jahren von der Nationalen Ethikkommission (NEK) im Bereich Humanmedizin unterstützt. Sie hielt damals bereits fest, dass sich der Ausschluss von Single-Frauen nicht mit einem Argument fürs Kindeswohls begründen lasse. Diese Forderung steht bei der zuständigen Nationalratskommission am 26. Februar auf der Traktandenliste. Die Diskussion im Parlament ist noch nicht terminiert.

Ins Ausland abgedrängt

Auch Manuel Schmid sieht in den aktuellen Regelungen Ungerechtigkeiten. Der Theologe arbeitet als Leiter Theologie und Ethik bei der EKS, der Evangelisch-reformierten Kirche Schweiz. Als «schwer nachvollziehbar» ordnet er ein, dass Samenspenden erlaubt sind, Eizellenspenden nicht. «Beide Formen der Unfruchtbarkeit – bei Frauen und auch Männern – können Menschen schwer belasten.» Das Verbot dränge Paare ins Ausland, wo oft schlechtere medizinische Standards gälten. «Aus ethischer Sicht verschärft das die Probleme, statt sie zu lösen», hält Schmid fest.

Die alleinstehenden Frauen auszuschliessen, bezeichnet der Theologe ebenfalls als nicht mit dem Kindeswohl begründbar. «Studien belegen: Kinder gedeihen in unterschiedlichen Familienformen gut, wenn Liebe, Fürsorge und Stabilität da sind.» Und der Wunsch nach Beziehung, Zukunft und Verantwortung könne auch bei allein lebenden Menschen ebenso tief sein.

Neben der Samen- oder Eizellenspende gibt es auch das sogenannte «Egg-Sharing». Dieses ist beispielsweise in Grossbritannien erlaubt. Frauen lassen dabei ihre Eizellen gratis einfrieren für eine spätere Einpflanzung bei sich selbst – oder erhalten eine In-vitro-Fertilisation zum halben Preis, sofern sie einen Anteil ihrer Eizellen an andere unfruchtbare Frauen spenden.

«Eine schwierige Grenze», findet Schmid. Wenn Geld ins Spiel komme, bestehe die Gefahr, dass wirtschaftlicher Druck Frauen in eine Entscheidung treibe, die nicht wirklich frei sei. Und gerade in so sensiblen Bereichen müsse die Freiheit und des Drucks sehr ernst genommen werden. «Eine Balance zu finden zwischen Anerkennung des persönlichen Einsatzes und dem Schutz der Menschen vor Ausbeutung, ist wichtig.»

«Einfach menschlich»

Wer für seinen Kinderwunsch viele Ressourcen aufwendet, bekommt manchmal, auch indirekt, den Vorwurf zu hören, egoistisch zu sein. Schmid sieht das aus Sicht der christlichen Ethik anders. Der Wunsch nach einem Kind sei per se weder gut noch schlecht, sondern einfach menschlich. «Ein Kind zu bekommen, bedeutet, Beziehungs- und Lebensverantwortung zu übernehmen; es ist ein Geschenk, kein Konsumgut.» Sei die Bereitschaft da, ein Leben zu begleiten, zu schützen und zu tragen, dann sei das schlicht Ausdruck von menschlichem Vertrauen und Hingabe. Was letztlich daraus entsteht, ist nicht kontrollierbar. Entsprechend betont denn Manuel Schmid: «Wer ein Kind will, muss bereit sein, sich auf das Unverfügbare einzulassen.» **Marius Schären**

«Unfruchtbarkeit kann Menschen schwer belasten.»

Manuel Schmid
Leiter Theologie und Ethik bei der EKS

Von Samenspendern und Leihmüttern

Eizellenspende
Einer Frau lässt sich Eizellen entnehmen. Diese werden einer anderen Frau implantiert, befruchtet meist mit dem Samen von deren Partner.

Samenspende
Ein Mann gibt seinen Samen, mit dem mittels IVF oder Insemination (Einführung in die Gebärmutter) die Eizellen einer Frau befruchtet werden.

In-vitro-Fertilisation
IVF heisst künstliche Befruchtung von Ei- und Samenzelle im Glas (in vitro). Der Embryo wird dann bei einer Frau in die Gebärmutter eingesetzt.

Leihmutterschaft
Eine Frau trägt für andere Eltern ein Kind bis zur Geburt aus. Gezeugt wird es meistens mittels IVF mit Samen und Eizellen der Eltern.

Leihmutterschaft bleibt in der Schweiz verboten. Zur Eizellenspende hingegen liegen politische Vorstösse vor.

In der Fortpflanzungsmedizin soll in der Schweiz künftig mehr möglich werden. Foto: Sophie Stieger

Der Glaube als Kraftquelle für den Widerstand

Ökumene **In Nigeria organisieren christliche Frauen Gebete, Demos und Hilfe. Ihr Glaube treibt sie an, Verantwortung zu übernehmen. Sie stehen im Zentrum des diesjährigen Weltgebetstags.**

Frauen in NIgeria tragen Hoffnung für Frieden und Sicherheit auf die Strasse. Foto: Reuters/James Oatway

Jeden Donnerstag tragen in Nigeria Frauen Schwarz. Sie versammeln sich vor Kirchen, auf öffentlichen Plätzen, an Konferenzen. Sie beten, und sie protestieren. Schwarz steht für Trauer. Und für Widerspruch.

Der Protest der Frauen richtet sich gegen Gewalt, gegen Entführungen und gegen religiöse Spannungen, die in manchen Regionen des Landes immer wieder mit grosser Brutalität eskalieren. Das bevölkerungsreichste Land Afrikas ist wirtschaftlich und kulturell eine einflussreiche Regionalmacht. Ölreichtum, eine sehr junge Bevölkerung und eine ausgeprägte religiöse Öffentlichkeit prägen Nigeria. Jedoch zerstören bewaffnete Konflikte Dorfgemeinschaften, Land und Vieh. Tausende Familien leben als Binnenvertriebene in provisorischen Unterkünften, oft ohne ausreichende Versorgung.

Das Motto ist existenziell

Mitten in dieser widersprüchlichen Wirklichkeit bereiten Frauen den Weltgebetstag 2026 am 6. März vor. Das diesjährige Motto für die globalen ökumenischen Feiern hat für sie eine besondere Relevanz. «Kommt her zu mir, ich will euch Ruhe geben», lautet der an Matthäus angelehnte Satz. Der Satz mag in einem sicheren Land sanft klingen. In Nigeria aber besitzt er eine existenzielle Dimension. «Das biblische Wort ist eine Verheissung, die für uns weit über das Persönliche hinausgeht», sagt die Methodistin und Gründerin des nigerianischen Weltgebetstagskomitees, Florence Uche. «Es unterstreicht den Wunsch, endlich ohne Angst leben können. Ohne Gewalt, mit einem Zuhause und Nahrung.»

Im Zoom-Interview, während dessen in ihrem Haus in Lagos mehrmals der Strom ausfällt, erzählt die Methodistin, dass viele Menschen im Land sehr erschöpft seien. «Das Motto steht für unsere grosse Hoffnung auf eine Besserung.» Die Mutter von acht Kindern ist überzeugt: «Wenn wir unsere Last zu Gott bringen, gibt er uns Frieden.» Der Glaube ist für sie aber keine Flucht aus der Realität, sondern eine wichtige Quelle, nicht aufzugeben. Und: «Er ist eine Verpflichtung, Verantwortung zu übernehmen.»

> **«Die Frauen der Kirchen sind eine starke soziale Bewegung.»**
>
> Florence Uche
> Weltgebetstagskomitee Nigeria

Kirchen springen in Lücken

Lange existierte der Weltgebetstag in Nigeria nur regional, erst im Jahr 2019 entstand ein nationales Komitee mit Vertreterinnen verschiedenster Kirchen. Seither vernetzen sich immer mehr Kirchen. Die Zusammenarbeit ist zugleich ein politisches Signal: Im zerrissenen Land macht sie vor, wie Kooperation geht.

Der internationale Weltgebetstag entstand Anfang des 20. Jahrhunderts als ökumenische Bewegung christlicher Frauen. Jedes Jahr gestalten Frauen aus einem anderen Land die Liturgie. Am ersten Freitag im März feiern Gemeinden weltweit den gleichen Gottesdienst, der geistliche Deutung mit sozialer Verantwortung verknüpft.

In Nigeria zeigt sich, was das konkret heisst. «Frauen organisieren regelmässige Online-Gebete, oft täglich», berichtet Florence Uche. «Sie sammeln Spenden, bringen Kleider und Lebensmittel in Lager, begleiten traumatisierte Frauen, unterstützen Schulmaterial für Kinder.» Sie würden den Dialog mit politischen Verantwortungsträgern suchen und mit muslimischen Vertretern. «Die Frauen der Kirchen sind eine starke soziale Bewegung», so Uche. «Gemeinsam treten wir öffentlich auf, stellen Forderungen, gehen auf politische Gremien zu, demonstrieren.» Der christliche Glaube verleihe ihnen die dafür notwendige Kraft und Legitimation. Er hat ein Netzwerk geschaffen, das staatliche Lücken zumindest teilweise auffängt.

Kirchen stärken Frauen

Vor allem Frauen tragen im nigerianischen Alltag die Verantwortung für die Familie und das kirchliche Engagement. Die Kirchen bieten ihnen nicht nur einen Schutzraum: Indem sie Leitungsaufgaben übernehmen, bekommen Frauen mehr Gewicht in der Gesellschaft.

Auch in vielen christlichen Gemeinden der Schweiz wird im März der Weltgebetstag gefeiert. Die Texte aus Nigeria erinnern daran, dass ein biblisches Wort in einem Kontext von Unsicherheit und Gewalt ganz anders gehört wird. Wer hierzulande mitbetet, steht somit in Verbindung mit Christinnen, die unter deutlich anderen Bedingungen leben und glauben. Anouk Holthuizen

Dana Grigorcea

Vom riesigen Bild und der Reise ins Land der Kinder

Mein Bekannter Kai hat mir eine wunderliche Geschichte erzählt: Er hat alle Sommer seiner Kindheit bei den Grosseltern verbracht, kannte jede Gasse, jedes Fahrrad und jede Bäckerei im Ort, und auch im Haus seiner Grosseltern stand alles wohlgeordnet an seinem Platz. Aus seinem Bett schaute er immer auf ein grosses Ölgemälde mit Maria, Josef und dem Jesuskind. Beim Schlafengehen schaute er hinauf, und wenn sich seine Augen öffneten, dann wieder auf das Bild. Als seine Grosseltern starben, wünschte er sich von ihrem ganzen Besitz nur dieses eine grosse Ölgemälde. Und als es ihm ausgehändigt wurde, sah er mit Schrecken, dass es nur ein ganz kleines Bild war. Später ist Kai Chefredakteur der deutschen «Bild»-Zeitung geworden, aber das ist vielleicht eine andere Geschichte.

Die Kindheit ist ein eigenes Land, merke ich jedes Jahr, wenn ich Schullesungen mit meinen Kinderbüchern mache. So unterschiedlich die Klassen auch sein mögen, je nach Schule, Quartier, so ähnlich sind sich die Kinder in ihrer Beherztheit. Ich bin sofort willkommen, darf loslegen mit Erzählen, grosse Augen sind auf die Bilder in den Büchern gerichtet. Ich stelle zunächst drei, vier meiner Kinderbücher vor und lasse abstimmen, welches Buch sie am meisten interessiert. Das Resultat ist meistens knapp. Es gibt auch Proteste, Umentscheidungen, dann wird die Abstimmung wiederholt. Meistens lese ich aus dem Buch mit den verrückten Frisuren oder die Geschichte von Prinz Jakob, der kochen lernen muss, immer öfter aber auch die von Storch Marius und seiner gefährlichen Reise nach Afrika. Während der Geschichte gibt es Ahs und Ohs, die Kinder strecken auf, wollen sagen, dass sie Ähnliches erlebt haben: Auch sie haben Alpträume, wie Bobby in Unterhosen und mit der missglückten Frisur. Jemand hat eine Mutter, die für eine Schokoladenfabrik oft nach Afrika fliegt. Aber ob ich je einem kleinen Vogel in die Augen geschaut hätte, ganz lange?

Ich stehe vor der Klasse, begeistert und voller Adrenalin. Am letzten Tag meines Aufenthalts im Kinderland tobt das Publikum und ruft: Noch ein Buch! Ich schaue zu den Lehrerinnen, ob auch sie eine Zugabe wünschen, und sie sagen ja, unbedingt und schauen auf die Uhr.

Die Schriftstellerin Dana Grigorcea schreibt in ihrer Kolumne für «reformiert.» über das Thema «Heimat ist überall». Illustration: Grafilu

Lebensfragen

Wie soll ich alle diese Probleme durchstehen?

Ich habe das Gefühl, dass in meinem Leben immer neue Probleme auftreten. Immer wenn ich wieder etwas geschafft oder verarbeitet habe, kommt das nächste. Zuerst war es meine Gesundheit, danach kamen finanzielle Probleme, und nun ist es eines meiner Kinder, das mir grosse Sorgen bereitet. Ich weiss nicht, wie lange ich noch Kraft habe, um mich immer wieder durchzukämpfen. Was soll ich tun?

Was Sie beschreiben, klingt unglaublich erschöpfend. Es ist gut nachvollziehbar, wenn Sie das Gefühl haben, dass Ihnen die Kraft ausgeht – besonders dann, wenn sich kein Ende abzeichnet. Sie haben meinen Respekt für all das, was Sie bereits durchgestanden und bewältigt haben! In der Bibel klagen Menschen ihr Leid Gott mit Psalmen. Was bedrückend ist, kann besser ertragen werden, wenn es mit jemandem geteilt wird. Vielleicht tut es Ihnen gut, wenn Sie Ihr ganzes Leid niederschreiben und aus dem Kopf aufs Blatt bringen, eine Art Klagepsalm an Gott und die Welt.

Als Nächstes lade ich Sie ein, das Aufgeschriebene zu ordnen: Welche belastenden Dinge sind dringend und erfordern Ihr sofortiges Handeln? Was hat noch Zeit und können Sie erst in nächster Zeit an die Hand nehmen? Und bei welchen Themen gibt es Freunde, Familie oder professionelle Stellen, die Sie unterstützen können? Was von dem Aufgeschriebenen belastet «nur» Ihr Denken, aber Sie können gerade nichts daran ändern? Wenn Sie alles geordnet haben, hilft Ihnen das herauszufinden, was Sie wie, wann und mit wem in Angriff nehmen können – und was Sie bewusst bleiben lassen dürfen.

Danach bitte ich Sie, ein weiteres Blatt zu nehmen, das Sie sich ganz persönlich widmen. Notieren Sie darauf, wann Sie in Ihrem Tagesablauf Zeit für «Erholmomente» haben. Was gibt Ihnen Kraft, um weiterzugehen? Welche kleinen Dinge im Alltag tun Ihnen gut und bereiten Ihnen Freude? Legen Sie dieses Blatt an einen Ort, an dem Sie mehrmals täglich vorbeikommen. Tragen Sie diese Momente fix in Ihren Kalender ein. Es ist verständlich, wenn es Tage gibt, an denen Sie keine Kraft haben. Seien Sie dann besonders nachsichtig mit sich. Sollte dies jedoch zu einem Dauerzustand werden, nehmen Sie bitte ärztliche Hilfe in Anspruch.

Corinne Dobler
Sozialwerk Pfarrer Sieber und Pfarrerin Bremgarten-Mutschellen

Lebensfragen. Fachleute beantworten Ihre Fragen zu Glauben und Theologie sowie zu Problemen in Partnerschaft, Familie und anderen Lebensbereichen: Corinne Dobler (Seelsorge), Martin Bachmann und Salome Roesch (Partnerschaft und Sexualität) und Ralph Kunz (Theologie). Senden Sie Ihre Fragen an «reformiert.», Lebensfragen, Preyergasse 13, 8001 Zürich. Oder an **lebensfragen@reformiert.info**

Herzliche Einladung zum Musicalerlebnis für die ganze Familie

Musical von Jonas Hottiger und Marcel Wittwer

Im Schatten der imposanten Mauern von Jericho führt Rahab ein trostloses Leben. Als sich zwei Besucher ihres Gasthofs als gesuchte israelitische Spione entpuppen, schöpft sie Hoffnung. Kann der Gott ihrer Gäste sie aus ihrem traurigen Dasein retten? Diese Frage stellt Rahab vor eine folgenschwere Entscheidung. Mit packender Musik und einer Botschaft voller Mut, Liebe und Sehnsucht erzählt dieses Musical die Geschichte einer der faszinierendsten Figuren aus der Bibel.

Das Konzerterlebnis für die ganze Familie mit viel Herzblut und Leidenschaft inszeniert von den Adonia-Teens-Chören mit Live-Band!

2502 **Biel** BE	Mi	15.04.26
3011 **Bern** BE	Mi	08.04.26
3027 **Bern Bethlehem** BE	Do	16.04.26
3076 **Worb** BE	Fr	10.04.26
3110 **Münsingen** BE	Mi	15.04.26
3232 **Ins** BE	Do	16.04.26
3270 **Aarberg** BE	Sa	18.04.26
3422 **Kirchberg** BE	Mi	15.04.26
3434 **Obergoldbach** BE	Do	09.04.26
3600 **Thun** BE	Sa	18.04.26
3700 **Spiez** BE	Do	16.04.26
3703 **Aeschi b. Spiez** BE	Fr	17.04.26
3714 **Frutigen** BE	Mi	08.04.26
3753 **Oey** BE	Do	09.04.26
3780 **Gstaad** BE	Sa	11.04.26
4126 **Bettingen** BS	Fr	03.04.26
4132 **Muttenz** BL	Sa	04.04.26
4226 **Breitenbach** SO	Mi	01.04.26
4460 **Gelterkinden** BL	Do	02.04.26
4500 **Solothurn** SO	Fr	17.04.26
4628 **Wolfwil** SO	Fr	10.04.26
4632 **Trimbach** SO	Do	09.04.26
4665 **Oftringen** AG	Do	16.04.26
4800 **Zofingen** AG	Mi	08.04.26
4900 **Langenthal** BE	Fr	10.04.26
4934 **Madiswil** BE	Sa	18.04.26
4954 **Wyssachen** BE	Fr	17.04.26
5018 **Erlinsbach** AG	Fr	17.04.26
5033 **Buchs** AG	Do	09.04.26
5037 **Muhen** AG	Sa	11.04.26
5200 **Brugg** AG	Mi	15.04.26
5436 **Würenlos** AG	Sa	11.04.26
5443 **Niederrohrdorf** AG	Sa	25.04.26
5610 **Wohlen** AG	Fr	24.04.26
5615 **Fahrwangen** AG	Sa	18.04.26
5706 **Boniswil** AG	Fr	10.04.26
5734 **Reinach** AG	Mi	08.04.26
6014 **Luzern** LU	Mi	15.04.26
6060 **Sarnen** OW	Sa	18.04.26
6212 **St. Erhard** LU	Do	16.04.26
6285 **Hitzkirch** LU	Fr	17.04.26
6472 **Erstfeld** UR	Sa	02.05.26
7233 **Jenaz** GR	Mi	22.04.26
7270 **Davos Platz** GR	Do	23.04.26
7302 **Landquart** GR	Sa	25.04.26
7504 **Pontresina** GR	Fr	24.04.26
8142 **Uitikon** ZH	Mi	29.04.26
8259 **Kaltenbach** TG	Do	23.04.26
8304 **Wallisellen** ZH	Do	23.04.26
8344 **Bäretswil** ZH	Sa	25.04.26
8353 **Elgg** ZH	Fr	24.04.26
8355 **Aadorf** TG	Mi	08.04.26
8400 **Winterthur** ZH	Sa	25.04.26
8416 **Flaach** ZH	Mi	22.04.26
8460 **Marthalen** ZH	Mi	22.04.26
8483 **Kollbrunn** ZH	Do	23.04.26
8505 **Pfyn** TG	Mi	15.04.26
8572 **Berg** TG	Do	09.04.26
8590 **Romanshorn** TG	Fr	17.04.26
8610 **Uster** ZH	Fr	24.04.26
8632 **Tann** ZH	Mi	22.04.26
8840 **Einsiedeln** SZ	Fr	01.05.26
8872 **Weesen** SG	Fr	17.04.26
8953 **Dietikon** ZH	Do	30.04.26
9000 **St. Gallen** SG	Mi	15.04.26
9100 **Herisau** AR	Mi	08.04.26
9107 **Urnäsch** AR	Fr	10.04.26
9220 **Bischofszell** TG	Sa	18.04.26
9323 **Steinach** SG	Fr	10.04.26
9422 **Staad** SG	Sa	18.04.26
9450 **Altstätten** SG	Do	16.04.26
9500 **Wil** SG	Sa	11.04.26
9607 **Mosnang** SG	Sa	11.04.26

Weitere Konzerte – auch in der Romandie – auf **adonia.ch/musical**

PASTORATIONSGEMEINSCHAFT

pleivs foppa

Die Kirchgemeinden Waltensburg/Vuorz und Castrisch/Riein/Sevgein liegen in der Mitte der bündnerischen Surselva.

Für unsere reformierte Pastorationsgemeinschaft mit ca. 700 Gemeindemitgliedern suchen wir auf Sommer 2026 oder nach Vereinbarung

EINEN PFARRER / EINE PFARRERIN (50%)

Wir legen Wert auf
- Kontaktfreudigkeit und Freude am Umgang mit Menschen jeden Alters
- Offenheit für die Anliegen unserer Gemeindemitglieder
- Eine lebensnahe Verkündigung
- Teamfähigkeit und gute Zusammenarbeit mit den Kirchgemeindevorständen und Mitarbeitenden
- Bereitschaft für die Erlernung der rätoromanischen Sprache (Sursilvan)
- Offenheit für die Ökumene und die Zusammenarbeit mit den Kirchgemeinden der Nachbarschaft
- Wohnsitz in der Region bevorzugt

Ihre Aufgaben
- Führung des Pfarramtes der Pastorationsgemeinschaft in Zusammenarbeit mit dem Pfarrkollegen
- Betreuung der Gemeindemitglieder in Altersheimen
- Möglichkeit die Stellenprozente durch Erteilung von Religionsunterricht auszubauen
- Projektarbeit für Kinder-, Jugend- und Erwachsenenanlässe

Wir bieten Ihnen
- Ein vielfältiges und spannendes Betätigungsfeld
- Motivierte Vorstandsmitglieder und freiwillige Helfende
- Räumlichkeiten für Sitzungen und Anlässe in beiden Kirchgemeinden
- Faire Anstellungsbedingungen

Wir freuen uns auf Ihre Bewerbung mit den üblichen Unterlagen bis am 20. März 2026 an:
Andrea Veraguth, Via Chigiosch 8, 7158 Waltensburg/Vuorz, andrea@alea.family

Weitere Auskünfte erteilen Ihnen gerne
Martin Gabriel (079 800 92 82) oder Andrea Veraguth (076 442 45 38)
Kirchgemeinden Waltensburg/Vuorz und Castrisch/Riein/Sevgein

prosperita

Die christlich-ethische Pensionskasse

Eine sinnhafte und sichere Heimat für die berufliche Vorsorge.

Mehr erfahren

prosperita.ch

HEINRICH SCHWENDENER-STIFTUNG

Stipendien für Aus- und Weiterbildungen

Die **Heinrich Schwendener-Stiftung** ist eine gemeinnützige Stiftung mit Sitz in Chur. Sie bezweckt die Unterstützung der Aus- und Weiterbildung junger protestantischer Bündnerinnen und Bündner, die sich in schwierigen finanziellen Verhältnissen befinden und mit der Aus- bzw. Weiterbildung ihre Chancen auf dem Arbeitsmarkt verbessern können.
Befinden Sie sich in einer solchen Situation? Unter **www.schwendener-stiftung.ch** finden Sie die nötigen Voraussetzungen, um in den Genuss eines Stipendiums dieser Stiftung zu kommen. Weiter finden Sie hier auch das Gesuchsformular und eine Übersicht der einzureichenden Unterlagen. Gesuche für das Schuljahr 2025/26 sind vollständig ausgefüllt und mit allen Beilagen per Post oder Mail einzureichen.

Bei Fragen oder Unklarheiten können Sie sich gerne bei uns melden. Wir freuen uns über Ihre Anfrage und wünschen Ihnen bereits jetzt ein spannendes Schuljahr!

Heinrich Schwendener-Stiftung
c/o RRT AG Treuhand und Revision
Poststrasse 22
7001 Chur

Tel. 081 258 46 46
office@schwendener-stiftung.ch
www.schwendener-stiftung.ch

Tipps

Kolumnen

Ein etwas anderes Buch der Weisheit

Bigna, das weltkluge Mädchen aus der Val Müstair, sinniert mit Schalk und Tiefgang über das, was das Leben ausmacht: das ganz Kleine, in dem überraschend das ganz Grosse aufleuchten kann, das Spirituelle, ja Göttliche. Bigna ist eine Schöpfung des Schriftstellers Tim Krohn, der «sein» Landkind während neun Jahren in einer Kolumne in «reformiert.» philosophieren liess. Nun sind alle Bigna-Texte in einem Buch vereint zu lesen. **heb**

Tim Krohn: Bigna und die Berge. Atlantis Verlag, 2026, 190 Seiten

Tim Krohn, der Schöpfer des Landkinds Bigna. Illustration: Rahel Nicole Eisenring

Christoph Biedermann

Agenda

Bildung

Schutz der persönlichen Integrität I

Grundkurs. Mitarbeitende, Vorstandsmitglieder und Freiwillige bereiten sich darauf vor, Grenzverletzungen mit Prävention möglichst zu verhindern – und kompetent zu handeln, wenn sie trotzdem vorkommen. Leitung: Cornelia Mainetti und Johannes Kuoni, Evangelisch-reformierte Landeskirche GR.

Mo, 2. März, 9.30–16 Uhr
Evang.-ref. Landeskirche, Loëstrasse 60, Chur

Anmeldung: 081 257 11 85, guidle.com/B2yFj3, johannes.kuoni@gr-ref.ch, Kosten: für angestellte und freiwillige kirchliche Mitarbeitende kostenlos

Schutz der persönlichen Integrität II

Auffrischungskurs. Kurzinformation über Fakten und Anlaufstellen zum Schutz der persönlichen Integrität, anschliessend praxisnahe Vertiefung von ein bis zwei Themen. Leitung: Johannes Kuoni, Evangelisch-reformierte Landeskirche GR.

Sa, 21. März, 9–12 Uhr
Kirchgemeindehaus, Schuderserstrasse 16, Schiers

Anmeldung: 081 257 11 85, guidle.com/E4N3uh, johannes.kuoni@gr-ref.ch, Kosten: für angestellte und freiwillige kirchliche Mitarbeitende kostenlos

Vortrag

Glaube im Dialog

Nebst der Wissenschaft beschäftigt sich die neue Veranstaltungsreihe «Sternstunde Regula» auch mit der Beziehung von Glaube und Wirtschaft, Digitalisierung, Krieg, Feminismus und Gehirn. Thema der nächsten Veranstaltung: Macht Glaube erfolgreich? Gast: Claudio Minder, Ex-Mister-Schweiz, CEO Schweizer Schuhfirma.

Mi, 25. März, 19 Uhr, anschl. Apéro
Regulakirche, Reichsgasse 15, Chur

info@chur-reformiert.ch
www.chur-reformiert.ch

Jubiläumsfrühstück

Seit 40 Jahren gibt es das Frauenfrühstück in Chur. Ein besonderer Gast ist aus diesem Anlass dabei: Damaris Kofmehl. Die Bestsellerautorin von True-Life-Thrillern, freie Theologin und Leiterin einer Hilfsorganisation erzählt ihre eigene Geschichte von krassen Abenteuern, von überwältigenden Wundern, Verlust, Verletzungen und von Versöhnung.

Sa, 14. März, 8.45–11 Uhr
Comandersaal, Sennensteinstr. 28, Chur

Anmeldung bis 11.3.: 078 865 57 47, awaefler@go-agnes.ch, www.frauenzeit.ch

Kultur

Singen in den Alpen

Wunderbare Lieder werden in den Alpentälern seit Jahrhunderten gesungen. Die Lieder dort zu singen, wo sie herkommen, ist ein Erlebnis. Leitung: Fortunat Frölich, Komponist.

12. bis 18. April, St. Antönien
19. bis 25. Oktober, Soglio

info@chorwochen.com, www.chorwochen.com

Radio und TV

Die Ungehorsamen

Die katholische Kirche verbietet Frauen, Priesterinnen zu werden. Doch einige lassen nicht locker und fordern den Vatikan heraus.

So, 8. März, 10.05 Uhr
SRF 1, Sternstunde Religion

Spirit, ds Kirchamagazin

sonntags, 9–10 Uhr
Radio Südostschweiz

Pregia curta u meditaziun, dumengia

a las 8.15, repetiziun a las 20.15
Radio Rumantsch

- So, 1. März, Stephan Bösiger
- So, 8. März, Maraton da skis engiadinais
- So, 15. März, Alice Kühne
- So, 22. März, Christoph Reutlinger
- So, 29. März, Flurina Cavegn-Tomaschett

Gesprochene Predigten

jeweils 10–10.30 Uhr
Radio SRF 2

- So, 1. März, evangelisch-reformierter Gottesdienst in der Passionszeit aus Bern
- So, 8. März, Jacqueline Meier (röm.-kath.)
- So, 15. März, Claudia Buhlmann (ev.-ref.)
- So, 22. März, evangelisch-reformierter Gottesdienst aus Kilchberg ZH
- So, 29. März, Regula Knecht-Rüst (freikirchl.)

Glockengeläut

jeweils 18.50 Uhr, Radio SRF 1
17.20 Uhr, Radio SRF Musikwelle

- Sa, 7. März
  Châtel-St-Denis FR (röm.-kath.)
- Sa, 14. März
  Weinbergli Luzern (ev.-ref.)
- Sa, 21. März
  Appenzell AI (ev.-ref.)
- Sa, 28. März
  Klosterkirche Wettingen AG (röm.-kath.)

Weitere Anlässe:
reformiert.info/veranstaltungen

Leserbriefe

reformiert. 2/2026, S. 1
Die Kettensäge an der Wurzel der Menschlichkeit

Selbst verantwortlich

Weil die USA ihre Hilfe im Ausland massiv kürzen, könnten bis 2030 angeblich über 14 Millionen Menschen ihr Leben lassen. Ich reibe mir meine bald 65-jährigen Augen. Ein Viertel meines Berufslebens habe ich in Westafrika an vorderster Front verbracht. Wer ist denn nun eigentlich zuständig für das Wohl seiner Landsleute, Gäste und Flüchtlinge? Die meisten von den Kürzungen betroffenen Länder sind inzwischen 60 Jahre unabhängig. Die meisten sind überaus reich an gebildeten Leuten, Bodenschätzen, Ackerflächen und von Überalterung keine Spur. Der Schnitt der amerikanischen Hilfe ist zwar drastisch. Die Reaktion der betroffenen Länder wohl aber ein Hinweis ihres längst notorischen Unwillens, ihren ureigenen Aufgaben und Pflichten «an der Wurzel der Menschlichkeit» selber an die Hand zu nehmen.
Ruedi Bertschi, Bremgarten AG

reformiert. 2/2026, S. 10
Die Kirche setzt sich für die SRG ein

Information ist ein Gut

Es ist wichtig, ein qualitativ hochstehendes Angebot bei kulturellen, politischen, sozialen und religiösen Formaten der SRG zu haben! Wir sehen momentan sehr gut, was mit einer Gesellschaft passiert, in der Fake News und Desinformation in den Medien vorherrschen, wie in den USA. Wenn ich zwischen privaten deutschen Sendern und dem Programm von SRF hin und her wechsle, merke ich immer wieder, welch tiefgründige und feinfühlige Reportagen es im Programm von SRF gibt, unter anderem auch religiöse Formate. Wie einschneidend muss es da sein, wenn die SRG mit fast nur noch der Hälfte des Budgets auskommen soll? Es ist wichtiger denn je, gut recherchierte Beiträge zu senden, die informieren und aufklären und die uns Werte und Normen eines demokratischen Zusammenlebens vermitteln. Mir ist es ein Anliegen, viele Menschen darauf aufmerksam zu machen, wie wichtig es ist, ein Fernseh- und Radioprogramm von hoher Qualität konsumieren zu dürfen.
Marianne Shabani, Wimmis

Auf der falschen Seite

Berücksichtigt man die in der reformierten Kirche in weiten Teilen verbreitete antiisraelische oder mindestens einseitig israelkritische Haltung, einschliesslich der ebenso lautenden Position und Politik des übergeordneten Weltkirchenrats – dann darf man sich nicht wundern, dass die EKS hinter der SRG steht, die seit Jahren antiisraelische Berichterstattung pflegt. Aber sollten die Kirchen nicht hinter Israel, dem Volk, mit dem Gott einen ewigen Bund geschlossen hat, stehen? Doch sie tun es sehr oft nicht, stehen auf der Seite der problematischen SRG, was befremdlich ist.
Hanspeter Büchi, Stäfa

reformiert. 2/2026, S. 4
«Das Abschalten fällt vielen schwer»

Unsagbar dankbar

Allen Ersthelfern und Einsatzkräften vor Ort sowie in den Kliniken im In- und Ausland danke ich für ihren Einsatz. Auch die Rettungs-, Einsatz- und Pflegekräfte aller Art sind Leidtragende und Betroffene der schrecklichen Tragödie. Denn sie haben Heldenhaftes und Übermenschliches geleistet.
Wenn ein gestandener, berufserfahrener Retter wie Feuerwehrkommandant David Vocat der freiwilligen Feuerwehr Crans-Montana mit den Worten ringt, in Tränen ausbricht und sich entschuldigt, nicht mehr Leute gerettet haben zu können, ergreift mich das sehr. Feuerwehrleute, Polizist:innen, Sanitäter:innen, Ärzt:innen und Pflegefachleute verdienen unseren Respekt und unsere Anteilnahme. Ich hoffe sehr, dass auch sie die traumatischen Szenen bewältigen und ihre Arbeit wieder aufnehmen können; falls nötig, ebenfalls mit und dank professioneller wie auch seelsorgerischer Hilfe. Was wir nie vergessen dürfen: Hinter jedem Feuerwehrmann, jeder Feuerwehrfrau, jedem Polizisten, jeder Polizistin und jedem Sanitäter, jeder Sanitäterin stehen in erster Linie Menschen mit Emotionen und keine empathie- und gefühllosen Maschinen.
Andrea S. Mordasini, Bern

Haben Sie ein Thema, das Sie interessiert und über das wir schreiben sollten? Ihre Meinung interessiert uns. Schreiben Sie uns an: redaktion.graubuenden@reformiert.info oder «reformiert. Graubünden», Brandisstrasse 8, 7000 Chur.

Über Auswahl und Kürzungen bei Leserbriefen entscheidet die Redaktion. Anonyme Zuschriften werden nicht veröffentlicht.

Kirchliche Fachstellen

Zusammenarbeiten

Miteinander geht es besser. Das gilt auch für das Bildungsangebot der reformierten Landeskirche. In vielen gesellschaftlichen Themen engagieren sich neben der Kirche auch weitere Organisationen: in der Jugendförderung, auch bei Altersfragen, der Migration oder den Bemühungen für die psychische Gesundheit. Um Synergien zu nutzen, pflegt die Kirche Kooperationen wie die mit Benevol GR: Gemeinsam führen sie zum Beispiel den Kurs «KI in der Freiwilligenarbeit» durch. **rig**

www.gr-ref.ch

reformiert.

«reformiert.» ist eine Kooperation von vier reformierten Mitgliederzeitungen und erscheint in den Kantonen Aargau, Bern | Jura | Solothurn, Graubünden und Zürich.
www.reformiert.info

Gesamtauflage: 668 163 Exemplare

Redaktion
AG / ZH Christa Amstutz (ca), Veronica Bonilla Gurzeler (bon), Sandra Hohendahl-Tesch (tes), Anouk Holthuizen (aho), Vera Kluser (vk), Cornelia Krause (ck), Felix Reich (fmr), Stefan Welzel (sw)
BE Hans Herrmann (heb), Isabelle Berger (ibb), Mirjam Messerli (mm), Marius Schären (mar)
GR Constanze Broelemann (cb), Rita Gianelli (rig)

Blattmacher: Hans Herrmann
Layout: Miriam Bossard (Gestaltung), Nicole Huber (Produktion)
Korrektorat: Die Orthografen
Gestaltungskonzept: Susanne Kreuzer, Maja Davé in Zusammenarbeit mit Bodara GmbH

reformiert. Graubünden
Auflage: 28 767 Exemplare
reformiert. Graubünden erscheint monatlich, ausser im August

Präsident der Herausgeberkommission: Pfr. Daniel Klingenberg
Redaktionsleitung: Constanze Broelemann

Redaktion
Brandisstrasse 8, 7000 Chur
079 823 45 93
redaktion.graubuenden@reformiert.info

Herausgeber und Verlag
Pfr. Daniel Klingenberg, Evangelische Landeskirche, Loëstrasse 60, 7000 Chur, 079 787 45 16
daniel.klingenberg@gr-ref.ch

Abonnemente und Adressänderungen
Somedia Press AG
Sommeraustrasse 32
Postfach 419, 7007 Chur
0844 226 226
abo@somedia.ch

Inserate
KünzlerBachmann Verlag AG, St. Gallen
Mediaberaterin Ursula Notz Maurer
071 314 04 74, u.notz@kueba.ch

Inserateschluss Ausgabe 4/2026
9. März 2026

Druck
DZZ Druckzentrum Zürich AG

Papier
Ökologisches Zeitungspapier mit einem hohen Altpapieranteil von bis zu 85 %.

myclimate Wirkt. Nachhaltig
Drucksache
myclimate.org/01-24-625131

Porträt

Ihre Grabkreuze sind kleine Kunstwerke

Tradition **Seit 30 Jahren beschriftet Elisabeth Aeschlimann Grabkreuze von Hand. Sie versteht das auch als letzten Liebesdienst für die Verstorbenen.**

Nur Lineal und Kreide braucht Elisabeth Aeschlimann, bevor sie den Namen aufs Kreuz malt. Foto: Marco Frauchiger

517 Grabkreuze. Elisabeth Aeschlimann hat extra noch einmal nachgezählt, um die genaue Zahl nennen zu können. 517-mal hat sie in ihrem kleinen «Budeli» ein Holzkreuz von der Wand genommen und in gotischer Zierschrift, mit weisser Farbe, den Namen eines verstorbenen Menschen draufgemalt.

Seit über 30 Jahren pflegt Elisabeth Aeschlimann für die Kirchgemeinde Eggiwil diese Tradition. Die schlichten Holzkreuze, die so lange stehen bleiben, bis ein Grabstein an den verstorbenen Menschen erinnert, sind im Emmentaler Dorf kleine Kunstwerke. Bei einem Rundgang über den Friedhof könnte Elisabeth Aeschlimann zu jedem Namen auf «ihren» Holzkreuzen auch eine Lebensgeschichte erzählen. «Ich habe diese Leute alle gekannt», sagt sie. Kinder, junge Menschen und alte.

Sie kannte die Verstorbenen

Jeder Todesfall geht Elisabeth Aeschlimann nahe. «Es beschäftigt mich, wenn ich darüber nachdenke, wie schnell so ein Leben vorüber sein kann.» Manchmal habe sie die Menschen, die nun tot sind, ein paar Tage vorher noch im Dorf gesehen. Beim Beschriften der Kreuze denkt Elisabeth Aeschlimann an sie.

Schon das Schulmädchen Elisabeth hatte eine Faszination für schöne Schriften und fürs Schönschreiben. «Ich konnte das auch gut und wurde dafür in der Schule gelobt. Das hat mir natürlich gefallen», erzählt die bald 74-Jährige.

Gelernt hat sie das Handwerk von ihrem Vater. Er führte in Eggiwil ein Malergeschäft und beschriftete auch Bauernschränke oder Holztröge. Die junge Elisabeth schaute zu, schaute ab und half mit.

In Vaters Fussstapfen

Der Vater war in der Gemeinde auch zuständig für die Grabkreuze. Als er wegen einer Krankheit ausfiel, rief der Friedhofsgärtner Elisabeth an. Er brauche ein Kreuz, sagte er. «Ich kann das machen›, antwortete ich.» Weil der Vater nicht wieder gesund wurde, übernahm sie definitiv.

Elisabeth Aeschlimann bereitet all die Holzkreuze auch selber vor, schleift sie ab, grundiert sie, schreibt und lasiert das Kreuz am Schluss zum Schutz vor der Witterung. Sie beschriftet ausserdem Kerzen, die zur Taufe, Konfirmation oder Hochzeit verschenkt werden – alles von Hand. «Da bin ich weitherum die Einzige.» Auf anderen Friedhöfen werde nur noch mit Schablonen und Spray gearbeitet.

Sie braucht als Hilfsmittel nur ein Lineal und Kreide zum Vorzeichnen. Einmal habe sie allerdings ein Kreuz neu machen müssen. «Ich hatte in einem Namen einen Buchstaben vergessen und bemerkte das erst, als ich das Kreuz auf dem Friedhof abgeliefert hatte.»

Diesen Frühling gibt Elisabeth Aeschlimann ihr Amt ab. «Es ist Zeit für jüngere Hände», sagt sie. Langweilig werde ihr sicher nicht. Sie strickt leidenschaftlich gern und will im Sommer für mehrere Wochen ihre Tochter und Enkelkinder besuchen, die in den USA leben. All die Jahre beschriftete sie die Kreuze neben ihren Aufgaben als Haus- und Geschäftsfrau. Sie übernahm den Laden ihrer Mutter für Wolle und Textilien, zog drei Kinder gross und hat nun fünf Enkel.

«Ich kann den Verstorbenen etwas auf ihren letzten Weg mitgeben.»

Elisabeth Aeschlimann stand all die Jahre voll im Leben, und doch war der Tod durch ihr Amt ständig präsent. «Das hat mir nie Angst gemacht. Ich finde es besser, wenn wir den Tod nicht zu stark aus unserem Leben verdrängen.»

Auch die Grabkreuze für ihre Eltern hat sie selber beschriftet. Ihr Mann, der vor acht Monaten gestorben ist, wollte im Gemeinschaftsgrab beigesetzt werden. Dort stehen keine Grabkreuze. «Sonst hätte ich auch sein Kreuz bemalt.» Sie fand den Gedanken immer schön, «dass ich den Verstorbenen etwas auf ihren letzten Weg mitgeben kann». Wenn sie selber einmal stirbt, möchte sie auch gerne ein handbemaltes Grabkreuz. Aber das sei hoffentlich «noch nicht so bald aktuell». **Mirjam Messerli**

Gretchenfrage

Rolf Schmid, Comedian und Autor

«Fühle mich getragen von etwas, das zu mir steht»

Wie haben Sies mit der Religion, Herr Schmid?
Meine Frau ist Pfarrerstochter, und wir haben drei gemeinsame Kinder, von denen eins Pfarrerin geworden ist. Näher kann man zur Kirche ja fast nicht stehen. Zudem war mein Vater lange Kirchgemeindepräsident im bündnerischen Rothenbrunnen, und meine Schwester und ich gingen fast jeden Sonntag in die reformierte Kirche mit, während meine Mutter den Sonntagsbraten vorbereitete. Für meine katholische Mutter war es allerdings nicht unbedingt so einfach, in dem protestantischen Dorf aufzuwachsen.

In Ihrer Kindheit waren Sie also oft in der Kirche. Wie war das?
In Rothenbrunnen hatten wir einen alten, allseits beliebten Pfarrer. Der spielte mit uns Kindern und erzählte uns auf wunderschöne Weise die Geschichten von Noah, Moses und anderen biblischen Figuren. Ich versank in diesen Geschichten jeweils so sehr, dass ich noch Jahre später überzeugt war, dass dies alles wirklich so geschehen sei. Der Einfluss der Kirche von vielen Seiten hat mich sicherlich geprägt.

Hat auch Ihr Beruf als Comedian einen Bezug zur Kirche?
Ich habe es als Bub sehr genossen zuzuhören, wenn der Dorfpfarrer und auch die betagten Leute im Dorf Geschichten erzählten. Es gab, bis ich zehn Jahre alt war, bei uns noch keinen Fernseher, und an den lauen Frühlingsabenden sassen die Alten im Dorf auf ihren Bänken und erzählten. Später war ich der einzige Zweitklässler im Dorf und fand, dass ich mich etwas hervortun müsse. So begann ich, Geschichten vor Menschen zu erzählen.

Geben Ihnen biblische Geschichten auch Kraft für den Alltag?
Ja, wenn ich Angst vor Auftritten hatte oder Sorge, dass der Erfolg ausbleiben könnte, habe ich mich oft in meinen Glauben vertieft. Mich trägt das Wissen, dass da etwas ist, das zu mir steht. Bis jetzt bin ich auch noch nie enttäuscht worden.
Interview: Constanze Broelemann

«I mag eifach nüma!» Comedian Rolf Schmid ist nach 33 Bühnenjahren auf Abschiedstournee. Foto: zvg

Auf meinem Nachttisch

Yoga oder Die sanfte Eroberung des Westens durch den Osten

Yoga ist viel mehr als Körpertraining

Anhand der Geschichte des Yoga geht der Philosoph Stefan Weidner der Frage nach, wie es die Kulturen von Ost bis West durchdringt und inspiriert hat. «Schliesslich verbinden sich mit Yoga die unglaublichsten Geschichten», hält er im Vorwort seines in vier Teile gegliederten Buches fest.

Diese «sanfte Eroberung des Westens durch den Osten» ist nicht politisch zu verstehen. Vielmehr zeigt der Autor damit auf, dass im Osten schon vor Jahrhunderten eine grosse religiöse Toleranz gelebt wurde. Die Idee eines «gemeinsamen Ursprungs aller Dogmen und Religionen» war im Osten selbstverständlich. Etwas, über das in Europa erst viel später diskutiert wurde. Das Prinzip des einen Gottes deckt der Autor als das Bindeglied zwischen den religiösen Traditionen am Beispiel der Geschichte des Yoga auf.

Einen Höhepunkt für die Popularität des Yoga im Westen löste der hinduistische Mönch und Gelehrte Swami Vivekananda aus. Er reiste Ende des 19. Jahrhunderts von Indien nach Europa und in die USA, wo seine Vorträge begeistert aufgenommen wurden.

In seiner Untersuchung, wie Yoga in den Westen kam, hebt Weidner, der auch Islamwissenschaften studiert hat, nicht zuletzt den spirituellen und interreligiösen Dialog zwischen Europa, dem Nahen Osten und Indien hervor. Yoga, so das Fazit des Autors, kann auch heute noch, «mit seiner Betonung immaterieller Werte und geistiger Disziplin», ein «vernünftiger Versuch» sein, eine aus den Fugen geratene Welt wieder ins Lot zu bringen.

Stefan Weidner: Yoga oder Die sanfte Eroberung des Westens durch den Osten. Hanser, 2025, 413 Seiten

Rita Gianelli
«reformiert.»-Redaktorin