

## Trauerbewältigung

# «Gott, wie kannst du so viel Schmerz zulassen?»



Janek und Tabea

Quelle: zVg.

Tabea ist 22, als sie die Diagnose Eierstockkrebs bekommt. Kurz nach der OP wird sie wie durch ein Wunder schwanger, verliert aber ihr Kind. Im Interview erzählt sie, was ihr dabei hilft, die Trauer zu bewältigen und die Hoffnung nicht zu verlieren.

### **2024 war für dich ein schweres Jahr. Was hat das mit dir gemacht?**

**Tabea:** Vor einigen Monaten habe ich die Diagnose Krebs bekommen. Ich hatte einen Eierstockkrebs, und der linke Eierstock wurde mir entnommen. Ich bin so zerbrochen, habe nichts mehr in der Hand gehabt. Ich habe auch jetzt nicht die Sicherheit, dass ich komplett krebsfrei bin. Ich bin schwanger geworden und hab das Kind verloren. Ich denke, wenn wir so zerbrechen, machen wir nicht mehr

unser eigenes Ding, sondern wir liegen da und können eigentlich nur noch auf Gott warten. Wir sind, glaube ich, viel sensibler für Gottes Stimme und für sein Eingreifen und sein Reden zu uns. Gott hat mich zerbrechen lassen, aber er hat auch gesagt: «Guck mal, was für ein stolzes Herz du eigentlich hast.» Ich denke, wenn wir zerbrochen sind, bringt es uns dazu, demütiger zu werden, und ein demütiges Herz gefällt Gott. Wenn du nicht mehr weitergehen kannst, kann Gott dir zeigen: Das habe ich mit dir vor, das will ich mit dir machen und an dir ändern.

### **Was hilft dir dabei, die Trauer zu bewältigen?**

Zeit mit meinem Mann zu verbringen. Ich liebe diesen Menschen so sehr, das tut mir richtig, richtig gut. Und auch darüber zu reden. Ich habe gemerkt: Wenn ich mit Menschen rede, die das nicht erlebt haben – manche zeigen totales Verständnis und hören richtig zu. Aber es gibt auch Menschen, die wirklich weise Ratschläge geben wollen, die gar nicht passend sind in dem Moment. Es tut mir gut, mit Menschen zu reden, die mir zuhören und mich nicht verurteilen. Auch nicht die Gefühle, die ich habe: Warum wird jemand anders schwanger und ich nicht? Warum lebt ihr Kind noch und meins nicht mehr? Das sind auf jeden Fall auch Gedanken.

### **Fehlgeburten sind ein sensibles Thema - viele sind unsicher, wie sie mit einer Person umgehen sollen, die eine Fehlgeburt hatte. Was ist deine Erfahrung?**

Was hilfreich ist: Einfach zu sagen «Ich bete für dich» und immer wieder zu fragen, wie es einem geht. Oder: «Hey, wollen wir was machen, zusammen rausgehen?» Und einen nicht zum Reden zu zwingen. Manchmal rede ich gern darüber oder schreibe. Manchmal muss ich das auch mit mir, meinem Mann Janek oder mit Gott ausmachen. Generell ist es besonders am Anfang wichtig, sensibel damit umzugehen. Keine Kommentare zu machen wie «Ach guck mal, die ist schwanger» oder «Die hat ein Baby geboren». Das ist ja alles wahr, aber für eine Frau, die gerade ihr Kind verloren hat, ist das echt hart. Du kannst dich selbst über dein Leben gerade nicht freuen. Wie schwer ist es dann, sich für jemand anders zu freuen in deinem Leid? Dazu sollte man die Person nicht zwingen, ihr nicht sagen: «Du musst es ihr aber gönnen, du musst dich freuen.» Da fühlst du dich so, als würde jemand auf dein Herz treten, als wäre dein Schmerz egal.

### **Nervt es dann auch, wenn Leute nachfragen, ob es jetzt noch mit Kindern klappt oder nicht?**

Eigentlich fragen mich das die Leute gar nicht so – es hat ja geklappt. Ich habe eine interessante Geschichte: Ich hatte jahrelang meine Periode nicht, dann hatte ich den Tumor und mein linker Eierstock wurde entnommen. Und dann hat mein

Körper auf einmal wieder funktioniert. Meine Frauenärztin hat gesagt, das ist wie ein Wunder. Nur, weil der Tumor weg ist, heisst es nicht, dass mein Körper wieder funktioniert – hat er vorher ja auch nicht. Ich bin ein paar Monate später schwanger geworden auf natürlichem Wege. Das war schon krass. Deswegen glaube ich, es würde mich verletzen, wenn Menschen mich so behandeln, als könnte ich keine Kinder bekommen, nur, weil ich einen Tumor und eine Fehlgeburt hatte. Ich glaube, es ist einfach so ein sensibles Thema, dass es mir wehtun würde, wenn Menschen sogar davon ausgehen, dass es bei uns Schwierigkeiten geben könnte.

### **Was gibt dir Hoffnung?**

Ich verzweifle oft innerlich, aber ich muss mir richtig bewusst sein: «Tabea, Gott hat einen guten Plan für dich. Er hat alles unter Kontrolle.» Es hilft, mir Gottes Nähe und seine Zusagen bewusst zu machen: Er hat gesagt, er liebt mich – und ein Vater, der mich liebt, wird mich nicht allein lassen. Hätte ich Jesus nicht, ich weiss nicht, wo ich dann wäre. Ganz ehrlich, ich bin immer wieder sauer auf Gott. Ich denk mir: Gott, wie kannst du so viel Leid in meinem Leben zulassen? Ich bin doch dein Kind. Wie kannst du so viel Schmerz zulassen? Trotzdem ist er der Einzige, durch den ich weiss: Ja, meine Umstände sind absolut furchtbar, aber er sagt, er liebt mich, er bewahrt mich. Meine Gefühle, meine Umstände stehen unter seinen Wahrheiten. Wenn alles dunkel ist, steht sein Wort trotzdem. Ich fühle manchmal nicht, dass er da ist, dass er sich grossartig um mich kümmert, dass er mich beschenkt. Aber seine Wahrheit steht einfach da, und das durfte ich so krass lernen.

### **Laut Statistik hat jede fünfte oder sechste Frau eine Fehlgeburt. Trotzdem wird darüber wenig geredet. Erlebst du das Thema als Tabuthema?**

Auf Instagram rede ich offen darüber. Aber ich bekomme die Rückmeldung, dass es eigentlich voll das Tabuthema war und dass man gar nicht so viel darüber redet. Das finde ich interessant, weil es ja viele Frauen betrifft. Aber vielleicht teilen es auch einfach nicht viele christliche, präsente Personen. Ich würde trotzdem sagen, es ist heute kein Tabuthema mehr. Vielleicht eher bei einzelnen Personen, die nicht so gern darüber sprechen. Aber es wird jetzt präsenter. Die [Musiker Chris und Henni](#) greifen es zum Beispiel mit ihrem Lied «Du bist hier» auf. Das finde ich echt gut.

### **Warum hast du dich entschieden, öffentlich über deine Fehlgeburt zu reden?**

Ich habe mir gesagt: «Gott, wenn du dieses Leid in meinem Leben zulässt, dann

soll es wenigstens zu deiner Verherrlichung sein.» Und ich sehe, dass Frauen ermutigt werden. Das finde ich krass, ich dachte, wenn ich von meiner Schwangerschaft erzähle, wird das voll das Zeugnis: nach Krebs eine Schwangerschaft. Aber nach Krebs dann noch eine Fehlgeburt? Und trotzdem ermutigt es Frauen und sie fühlen sich nicht allein.

### **Auf Instagram hast du erzählt, dass du eine Phase hattest, in der du echt gezweifelt hast. Was hat dir da geholfen?**

Janek und ich waren bei einem Event, wo man als Ehepaar für sich beten lassen konnte. Das haben wir gemacht. Die Person, die für uns gebetet hat, hat einen Satz zu mir gesagt: «Lass nicht zu, dass du wegen dieser Sache von Gott abfällst.» Eigentlich so simpel. Ich meine, das Leid ist da, aber soll das jetzt der Grund sein, warum ich sage: «Ciao, Gott?» Ich habe doch schon so viel mit Gott erlebt. Das hat mir geholfen. Es hat meine Situation nicht leichter gemacht. Aber warum soll ich jetzt wegen dieser Sache alles aufgeben? Er bleibt ja immer noch Gott.

### **Was fordert dich aktuell heraus?**

Was ich gerade lernen muss, ist, es anderen Frauen wirklich zu gönnen, wenn sie zum Beispiel schwanger sind. Das ist gerade auch bei einer Person aus meinem Umfeld der Fall. Ich denke: «Deren Kind lässt du leben, Gott, und meins einfach sterben?» Das ist richtig hart. Ich denke nicht, dass Gott von mir verlangt, dass ich jetzt Luftsprünge mache. Aber dass ich trotzdem lieben kann. Dass ich ungeheuchelt lieben kann und nicht die ganze Zeit nur mit neidischen Blicken auf sie schaue. Das ist echt eine Challenge.

### **Wie hat deine Familie dich nach der Fehlgeburt unterstützt?**

Sie haben auf jeden Fall gebetet für mich. Und sie haben mich schon auch in Ruhe gelassen, wenn ich es brauchte, oder mir zugehört. Ein Ehepaar aus der Familie, das das Gleiche erlebt hat, kam uns besuchen, einfach, um bei uns zu sein. Meine Schwägerin hat einen Kuchen vorbeigebracht. Beim Krebs habe ich sehr viel direkt geteilt. Aber bei der Fehlgeburt musste ich das zu Hause mit Janek und mir ausmachen. Da brauchte ich mehr Rückzug.

*Ähnliche Impulse gibt es im Magazin FAMILY. Infos zum günstigen Jahresabogutschein des Magazins findest du [hier](#).*

Zum Thema:

[Sternenkinder: Wenn ein Kind vor der Geburt stirbt](#)

[Hope-Kolumne von Cornelia Steiner: Hoffnung trotz Diagnose](#)

[Gabriëlla Schaerer: «Ich habe mehr als ein Wunder erlebt!»](#)

Datum: 07.08.2025

Autor: Malin Georg

Quelle: Magazin Family 03/2025, SCM Bundes-Verlag

Tags

[Gesundheit](#)

[Leben als Christ](#)

[Schicksalsschlag](#)