



Die Text-Rechte liegen bei den Autoren und beim Katholischen Rundfunkreferat. Verwendung nur zum privaten Gebrauch!

Sonntagskirche | 19.06.2016 08:55 Uhr | Sabine Lethen

## Leben mit Handicap

Guten Morgen!

Im letzten Frühjahr haben mich zwei mikroskopisch kleine Keime außer Gefecht gesetzt. Kleine Ursache – große Wirkung: Meine rechte Hand musste mehrmals operiert werden. Mein rechter Zeigefinger war nicht zu retten und musste letztlich amputiert werden. Das alles war furchtbar für mich und nicht leicht zu verpacken: Ich fühle mich verstümmelt und so eingeschränkt. Bis zum Zeitpunkt der OP war ich immer ganz gut mit der Devise gefahren: "Ärmel hoch und ran.“ Probleme pflegte ich anzupacken. Doch da fühlte ich mich von einem Tag auf den anderen vollkommen hilflos, ausgeliefert. Ich konnte nichts weiter tun, als abwarten, aushalten, auf andere bauen, hoffen, dass sie es hinbekommen – dass sie mich wieder hinbekommen.

Heute klappt vieles wieder recht gut – Gott sei Dank. Und auch Dank der ärztlichen Kunst, der guten Pflege und wunderbar hartnäckiger Therapeutinnen. Wie oft habe ich gedacht: Was für ein Segen, dass ich hier und heute lebe, wo es Wissen, Mittel und Möglichkeiten gibt, mich zu behandeln. Gedanken, die mich in allem Dilemma mit tiefer Dankbarkeit erfüllten.

Während der Zeit im Krankenhaus bin ich aber nicht nur viel dankbarer geworden, sondern auch entschieden demütiger. Was mir früher selbstverständlich erschien, entpuppt sich nämlich bei genauerer Betrachtung als Geschenk, fast als Wunder.

Meine Gebete kreisten in diesen Tagen stets um die Bitte: "Gott, wenn ich einigermaßen heil aus all dem hier herauskommen sollte, erhalte bitte meine Zuversicht. Gib mir die Kraft, das Glas weiterhin halbvoll zu sehen.“ Das Gefühl, dass Gott an meiner Seite ist, meine Angst, meinen Kummer und meine Ohnmacht sieht, hat mich durchgetragen. Viele liebe Menschen haben mir in dieser Zeit gesagt oder geschrieben: "Ich denke an dich“, "Ich drücke dir die Daumen“ oder "Ich bete für dich.“ Und ich hatte das ganz starke Gefühl, tatsächlich auch von ihnen getragen zu werden.

Der Heilungsprozess war und ist eine langwierige Angelegenheit. Genauso wie das Gewöhnen an alltägliche Situationen. Kein Handgriff ist mehr so wie früher. Ob ich nach der Türklinke greife, eine Scheibe Brot abschneiden will, schreiben oder die Schuhe zubinden – alles fühlt sich anders an, muss ich neu einüben. Ich muss mich in Geduld und Gelassenheit üben. Beides zählt nicht gerade zu meinen Stärken.

Ich habe in der Zwischenzeit aber auch viel Positives erfahren: Meine linke Hand ist erheblich stärker und geschickter geworden. Und für viele Situationen gibt es spezielle Hilfsmittel, Tipps und Tricks – "Geht nicht" gibt's nicht!

Was mir vor allem gut tut: Woche für Woche treffe ich im Wartebereich meiner Ergotherapie-Praxis Männer und Frauen, deren Leben auch auf den Kopf gestellt wurde. Mir geht es nicht super, aber andere hat es deutlich schlimmer erwischt. Und zu erfahren, wie sie - trotz massiver Einschränkungen – ihr Leben in die Hand nehmen, das bewundere ich. Na klar, auch sie haben mal gute und mal schlechtere Laune, aber sie grüßen sogar noch dann freundlich, wenn sie das nur mit ihren Augen zum Ausdruck bringen können. Und sie tauschen sich auch dann noch gerne über das Wetter aus, wenn der letzte Schlaganfall ihr Sprachzentrum getroffen hat. Mir begegnen beeindruckend fröhliche, fantasievolle und offene Menschen, trotz ihrer Handicaps.

Im letzten Jahr habe ich so viel Wertvolles dazu gelernt. Ich bin an den Herausforderungen gewachsen und vieles ist mir inzwischen geglückt – ich kann sogar wieder stricken. Ich habe wirklich allen Grund, froh und dankbar zu sein. Und doch hat meine Seele immer wieder Probleme hinterher zu kommen. Manchmal überkommt mich unvermittelt eine tiefe Traurigkeit. Manchmal packt mich die Wut und dann lässt mich die Frage nicht los: "Warum ist das bloß mir widerfahren?"

Dann braucht es viel Kraft, um das Glas halbvoll zu sehen. Manchmal geben ein Blick, ein Lächeln oder ein Wort den entscheidenden positiven Anstoß. Aber ohne den geht es nicht – das weiß ich ganz genau. Deshalb wünsche ich allen, die ein Handicap haben, viel Mut und Zuversicht und immer wieder einen passenden Anstoß.

Ihre Sabine Lethen aus Essen.