

STURMWIND

WENN NICHTS MEHR GEHT, IST ALLES MÖGLICH

Februar 2010: Gemeinsam mit unserem damals knapp 8-jährigen Sohn Lukas bin ich mit dem Auto Richtung Coburg unterwegs, als sie mich plötzlich und unvorbereitet trifft: die erste Panikattacke meines Lebens!

TEXT: UTE LEYH



Zu diesem Zeitpunkt weiß ich jedoch noch nicht, dass es so etwas überhaupt gibt! Die einzige psychische Erkrankung, die ich kenne, ist die Depression und die kenne ich nur vom Hörensagen. Als ich an diesem Morgen im Auto sitze und mir Schwindel, Herzrasen, Zittern, ein Engegefühl in der Brust, Atemnot und Schweißausbrüche das Leben schwermachen, bin ich mir sicher, dass das die Anzeichen für einen beginnenden Herzinfarkt sind und ich schnellstens Hilfe benötige! Mir ist es nur noch wichtig, einen Parkplatz zu finden und mein Kind sicher zum Arzt zu bringen, zu dem wir gerade unterwegs sind. Dort darf ich mich dann in ein Behandlungszimmer legen, wo es mir nach einer gefühlten Ewigkeit zum Glück wieder etwas besser geht!

Überfahrene Stoppschilder

Szenenwechsel: Ende Juni 2021 merke ich mal wieder, dass es mir nicht gut geht. Die Panikattacken beginnen sich zu häufen, meine Stimmung ist im Keller und vor

mir liegen noch vier harte Wochen, die voll sind mit Terminen und die mir wie ein unüberwindbarer Berg erscheinen. Ende Juli geht dann wirklich nichts mehr. Ich bitte meinen Hausarzt, mir eine Einweisung für die psychosomatische Klinik auszustellen. Es folgen drei Wochen stationäre Behandlung und drei Wochen Tagesklinik, unterbrochen von zwei Wochen Urlaub mit der Familie.

Wie konnte es wieder soweit kommen? Warum gelingt es mir nicht, meine Grenzen rechtzeitig wahrzunehmen und entsprechend zu handeln? Warum überfahre ich permanent jedes Stoppschild, dass sich mir in den Weg stellt, um dann mit 150 km/h gegen die Wand zu fahren?

Ein weiser Rat

Seit über elf Jahren bestimmt eine Angst- und Panikstörung, verbunden mit mehr oder weniger intensiven depressiven Episoden mein Leben. Und trotzdem, oder vielleicht gerade deswegen, waren diese Jahre für mich gefüllt mit viel Gutem und Schönerem und Lehrreichem.

Voller Dankbarkeit darf ich zurückschauen auf all das, was Gott in dieser Zeit hat wachsen und reifen lassen. Unsere Kinder sind herangewachsen zu wunderbaren und einzigartigen Jugendlichen und jungen Erwachsenen. Jeder von ihnen geht seinen eigenen Weg, manch einer zielstrebig und voller Elan, der andere eher zögerlich und zurückhaltend. Wie schön, sie dabei begleiten zu dürfen, sich an und mit ihnen zu freuen und Trost und Unterstützung zu bieten, wenn es nötig ist! Bei einem meiner Klinikaufenthalte, als ich mich voller Verzweiflung als Mutter selbst in Frage stellte, gab mir ein sehr weiser Pfleger folgende unvergesslichen Worte mit auf den Weg: „Durch dich dürfen deine Kinder lernen, dass es in Ordnung ist, sich Hilfe zu suchen, wenn man es alleine nicht mehr schafft! Das ist unendlich wertvoll und kostbar!“ Wie gut tut diese Sichtweise.



Ein Ort zum Auftanken

In den vergangenen Jahren durfte ich entdecken, wo mein Platz auf unserem Bauernhof ist und wie schön es ist, das Leben zu können, was ich als Leidenschaft in meinem Herzen trage. Jedes Kind, das mit strahlenden Augen unseren Hof entdeckt, jeder Gestresste, der hier ein bisschen zur Ruhe kommt, jeder Wissbegierige, dessen Fragen ich beantworten kann und jeder Ängstliche, der voller Stolz über sich selbst hinauswächst, zeigt mir, dass das, was ich tue, sinn- und wertvoll ist und den Menschen guttut! Vieles davon hat sich im Laufe der Jahre so entwickelt und rückblickend kann ich nur staunen, was hier mittlerweile entstanden ist! Zu Beginn waren es Schulklassen und Kindergärten, die zu uns auf den Hof kamen, mittlerweile sind alle Altersklassen vertreten: Eltern-Kind-Gruppen und Kindergeburtstage, Ponybande und Seniorenausflüge, Jungesellinnenabschied und Teamtraining und vieles mehr. Alle und alles findet hier seinen Platz.

Gutes wächst

Eine liebe Freundin von mir hat dadurch bei uns Arbeit gefunden, die ihr Freude bereitet und sich gut mit ihrer Familie vereinbaren lässt. Auch fand ein junger Mann mit Down-Syndrom bei uns seinen Traum Arbeitsplatz und begeistert uns seither immer wieder durch sein positives und herrliches Wesen. Das Fernsehen wurde auf uns aufmerksam und ich durfte bei der „Landfrauenkü-



che“ mitmachen und dadurch so viele tolle Menschen kennenlernen, öffentlich meinen Glauben bekennen und von meiner Krankheit erzählen. Viele Menschen wurden ermutigt und wandten sich in zahllosen Mails und Briefen voller Dankbarkeit an mich. In diesem Zusammenhang bekundete ein großer christlicher Verlag Interesse an einer Zusammenarbeit, was dazu führte, dass ich das Buch „Meine Liebe zum Land“ schreiben durfte, welches mein persönliches Glaubensbekenntnis ist.

„Wo bist du?“

Gott kann auf krummen Linien gerade schreiben und er sichert uns zu, dass denen, die ihn lieben, alle Dinge zum Besten dienen. (Röm.8,28) Was für eine herausfordernde Aussage! Wenn ich in einem tiefen Tal gefangen bin, Angst- und Hoffnungslosigkeit mein Leben bestimmen und ich jeden Abend voller Sorge auf den nächsten Tag schaue, fühlt sich das keineswegs so an. Wie oft habe ich voller Verzweiflung geschrien: „Herr, wo bist du? Zeig dich mir doch endlich! Lass mich spüren, dass du da bist!“ Und getan hat sich oft gefühlt gar nichts. Erst im Nachhinein konnte ich erkennen, wie Gott mich und uns durch das Tal hindurchgeführt hat. Wenn gefühlt nichts mehr ging, war für ihn immer noch alles möglich und meistens ganz anders, als ich hätte denken oder planen können! Gerade in schweren Zeiten habe ich mir angewöhnt, jeden Abend mindestens drei Dinge aufzuschreiben, für die ich an diesem Tag dankbar bin und es hat mich oft erstaunt, wieviel ich jedes Mal finden konnte. Durch meine Krankheit habe ich gelernt, die guten Zeiten zu genießen und in Krisenzeiten daran festzuhalten, dass Gott mich hindurchträgt und einen guten Plan für mein Leben hat.

Momentan bin ich dabei zu lernen, auch mal „Nein“ zu sagen und nicht überall dabei zu sein. Ich will lernen meine Grenzen wahrzunehmen und dann auch zu akzeptieren. Ich glaube, das bleibt meine Lebensaufgabe, aber Gott geht ja mit mir! Was kann mir da schon passieren!



Ute Leyh lebt mit ihrem Mann und ihren sechs Kindern auf einem Bauernhof in Unterfranken und lädt als Erlebnisbäuerin Menschen jeden Alters ein, den Hof mit allen Sinnen zu entdecken. Im Februar 2021 erschien im SCM-Verlag ihr Buch „Meine Liebe zum Land“, das sie selbst als ihr ganz persönliches Glaubensbekenntnis bezeichnet.