

MICHELLE ENGEL

Ich
TRÖSTE
DICH.

GOTT

GEBETE UND IMPULSE
FÜR ZEITEN DER TRAUER

Butzon & Bercker

Ich

KENNE

DEINEN

SCHMERZ.

GOTT

INHALT

Nichts ist mehr wie vorher	6
In mir steht alles still	23
Was die Liebe hinterlässt	42
Erinnerungen, die bleiben	67
Mit Zuversicht weitergehen	85
Er schenkt Licht und Leben	109

NICHTS
IST MEHR
WIE VORHER

Warum?

WARUM ICH?
WARUM JETZT?
WARUM SO?

Es war doch alles gut.
Und dann – ein Bruch.
Nichts ergibt Sinn.
Und vielleicht ist das
eine der schwersten Wahrheiten:
dass es auf manche Fragen
keine Antwort gibt.
Und trotzdem darfst du fragen.
Immer wieder.

Ich

BLEIBE,
AUCH WENN
ALLES
ZERBRICHT.

G♥TT

SO VIELE Gefühle

GOTT,

MÜDE,

TRAURIG,

ÄNGSTLICH,

WÜTEND,

VERZWEIFELT

...

So viele Gefühle spüre ich
manchmal gleichzeitig ...

So anstrengend.

Das Leben ist momentan
nur ein Tief ...

Du bist da,
egal, welches Gefühl
ich spüre.

Ich danke dir!

AMEN

GANZ VERSCHIEDEN trauern

DA IST ER, DER TOD.

Manchmal erahnt man ihn, durch
eine lange schwere Krankheit ...
Manchmal kommt er ganz plötzlich
von jetzt auf gleich.
Mal ganz jung und noch am Anfang
des Lebens.
Manchmal nach vielen Jahren
Erfahrung und einem hohen Alter.
Egal wie, der Tod schmerzt.
Er schmerzt uns.
Uns Hinterbliebene.
Egal, wie unterschiedlich der Weg
des Todes ist, den wir vielleicht alle
schon einmal miterleben
mussten ...
durch die Trauer, durch die
Sehnsucht, durch die Verzweiflung,
durch die Wut gehen wir alle.

EIN EINZIGER Atemzug

ICH BIN SO MÜDE.
TIEF MÜDE.

Alles kostet Kraft.
Selbst das Atmen.
Und dann soll ich
einfach weitermachen?
Ich kann nicht.
Vielleicht ist Müdigkeit
keine Schwäche.
Sondern eine Antwort
auf das, was zu groß ist.
Vielleicht reicht heute
ein einziger Atemzug.

Abwesend

GOTT, körperlich kann man immer
noch in Situationen
anwesend sein,
beispielsweise in Beziehungen,
in Partnerschaften, im Beruf.
Aber oft ist man emotional
schon längst gegangen,
hat losgelassen.
Es interessiert einen auf
einmal nicht mehr,
ob man gesehen wird,
was veranstaltet wird,
ob irgendetwas läuft ...
Man lässt es alles
geschehen, atmet und
denkt sich seinen Teil.

EINE INNERE LEERE BREITET SICH AUS.

DANKE, DASS DU DIE LEERE FÜHLST!

AMEN