

# Als ob mir jemand Mut zuspräche

D., Nordirland

03.01.2016

Im Dezember letzten Jahres überfiel mich eine klinische Depression. Es war eine ganz schwierige Zeit, in der ich schweigend litt. Man stand mir angemessen bei, und außerdem begann ich zu beten und um Kraft zum Tragen meiner Krankheit zu bitten. Am Ende gewann ich den hl. Josefmaria sehr lieb und bat ihn konkret um seine Fürsprache.

Kurz nachdem ich zu ihm gebetet hatte, überkam mich eine solche Freude, als würde mich jemand beständig trösten und ermutigen; den ganzen Tag lang fühlte ich mich einfach glücklich. Das kann man als zu vernachlässigendes Detail abtun, aber ich glaube fest, dass ich diese Besserung ohne die Hilfe des hl. Josefmaria nicht erfahren hätte.

---

pdf | automatisch generiertes  
Dokument von [https://opusdei.org/de-at/  
article/als-ob-mir-jemand-mut-  
zusprache/](https://opusdei.org/de-at/article/als-ob-mir-jemand-mut-zusprache/) (22.01.2026)