

Zeitschrift: Frei denken : das Magazin für eine säkulare und humanistische Schweiz
Herausgeber: Freidenker-Vereinigung der Schweiz
Band: 101 [i.e. 103] (2020)
Heft: 1: Abtrünnig : Ex-Muslimin Sarah Haider im Interview

Artikel: Der Zeuge Jehovas : "Zweifel und Isolation führten mich in ein Burn-out"
Autor: Iris Schulz
DOI: <https://doi.org/10.5169/seals-1091369>

Nutzungsbedingungen

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften auf E-Periodica. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen sowie auf Social Media-Kanälen oder Webseiten ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. [Mehr erfahren](#)

Conditions d'utilisation

L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. La reproduction d'images dans des publications imprimées ou en ligne ainsi que sur des canaux de médias sociaux ou des sites web n'est autorisée qu'avec l'accord préalable des détenteurs des droits. [En savoir plus](#)

Terms of use

The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. Publishing images in print and online publications, as well as on social media channels or websites, is only permitted with the prior consent of the rights holders. [Find out more](#)

Download PDF: 08.02.2026

ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, <https://www.e-periodica.ch>



Foto: ©AdobeStock, WoGi

Der Zeuge Jehovas

«Zweifel und Isolation führten mich in ein Burn-out»

Die Geschichte von Rino Zumerle*
AUFGEZEICHNET VON IRIS SCHULZ

Mein Interesse an Religion war ursprünglich eher rudimentär – im Vergleich etwa zu meiner heute noch religiösen Ex-Frau. In Kontakt mit den Zeugen Jehovas kamen wir «klassisch» – über eine Kinderbibel, die uns für unsere kleinen Töchter angeboten wurde. Damit war grundsätzlich Interesse geweckt.

Gut aufgehoben

Die Beschäftigung mit der Lehre der Zeugen Jehovas (ZJ) rückte in den Fokus. Parallel dazu begann der Rückzug aus bisherigen Kontakten. Die Mitgliedschaft bei den ZJ beanspruchte sehr viel Zeit, aber wir fühlten uns gut aufgehoben. Ich hatte ein Amt und trug Verantwortung. Wir waren zufrieden, gehörten wir ja gemäss Lehre zu den «Guten», den Auserwählten, was durchaus auch mit einem elitären Gefühl einhergeht.

Dass Leute, die «Verfehlungen» begangen hatten, dafür «bezeichnet», das heisst für eine gewisse Zeitspanne geächtet werden und aus dem sozia-

len und sogar familiären Leben ausgeschlossen wurden, registrierte ich.

Erste Zweifel kamen erst mit den Jahren – vor allem durch den beginnenden Widerstand unserer Töchter und das stets kurz bevorstehende Harmagedon, das nicht eintrat. Diese letzte Entscheidungsschlacht ist zentral für die Lehre der ZJ: In ihr wird Gott alles Böse vernichten, nur die Auserwählten, also wir, würden überleben – eine Art Massen-Menschenmord an allen Ungläubigen. Das hiess, unsere Töchter würden Harmagedon nicht überleben. Mit diesem Gedanken konnte ich mich eh nicht anfreunden. Im Klartext: Ich selbst war mit meinen Zweifeln bereits unterwegs in Richtung «Abtrünniger».

Rückzug in die Isolation

Doch die Zweifel nahmen zu, Stichwort Bluttransfusion (Ausschlussgrund), und bei Vorhersagen, die nicht eintrafen, wurden die Antworten angepasst: «Das Licht wird heller und heller ...». Über meine Zweifel schwieg ich, aber mein innerer Rückzug isolierte mich. Mit ZJ konnte ich darüber nicht reden. Andere Möglichkeiten hatte ich nicht, meine Frau fürchtete meine Gedanken. Natürlich wurde mein Rückzug bemerkt und ich wurde dazu befragt. Ich liess Fra-

ge-Antwort-Spiele über mich ergehen, die einzig der Kontrolle meines Status dienten. Jetzt war ich selbst «bezeichnet», wurde teilweise gemieden.

Burn-out und Loslösung

Das Befolgen von Regeln bei den ZJ kann vernünftige Menschen zu Unmenschen machen. Der Spagat zwischen immer mehr Zweifeln und wachsender Isolation führte mich in ein Burn-out. Mir wurde klar: Meine Frau teilte meine Zweifel nicht, unsere Beziehung war für mich unter den gegebenen Umständen nicht mehr lebbar. Es folgte die Trennung. Zu meinen Töchtern und meinem Sohn habe ich eine enge Bindung. Zu meinen Geschwistern ebenfalls.

Das Internet war mir bei der Ablösung von den ZJ eine grosse Hilfe: Ich fand in Foren andere «Ehemalige». Die Erkenntnis, mit meinen Zweifeln und Gedanken nicht allein zu sein, war wie eine Offenbarung. Ich fand auch auf Sektenaussteiger spezialisierte Therapeuten und Organisationen, wie zum Beispiel die Infosekta ZH. Mittlerweile geht es mir sehr gut. Bisweilen werde ich angefragt, um Aussteigewillige zu unterstützen, wozu ich mich gerne zur Verfügung stelle. ■

* zu Gast am Tag der Apostasie