Seelische Gesundheit

Autor(en): **Feuz, Willi**

Objekttyp: **Article**

Zeitschrift: **Akzent : Magazin für Kultur und Gesellschaft**

Band (Jahr): **- (1991-1992)**

Heft 1

PDF erstellt am: **29.05.2024**

Persistenter Link: https://doi.org/10.5169/seals-843702

Nutzungsbedingungen

Die ETH-Bibliothek ist Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Inhalten der Zeitschriften. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern.
Die auf der Plattform e-periodica veröffentlichten Dokumente stehen für nicht-kommerzielle Zwecke in Lehre und Forschung sowie für die private Nutzung frei zur Verfügung. Einzelne Dateien oder Ausdrucke aus diesem Angebot können zusammen mit diesen Nutzungsbedingungen und den korrekten Herkunftsbezeichnungen weitergegeben werden.
Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. Die systematische Speicherung von Teilen des elektronischen Angebots auf anderen Servern bedarf ebenfalls des schriftlichen Einverständnisses der Rechteinhaber.

Haftungsausschluss

Alle Angaben erfolgen ohne Gewähr für Vollständigkeit oder Richtigkeit. Es wird keine Haftung übernommen für Schäden durch die Verwendung von Informationen aus diesem Online-Angebot oder durch das Fehlen von Informationen. Dies gilt auch für Inhalte Dritter, die über dieses Angebot zugänglich sind.

Ein Dienst der *ETH-Bibliothek*
ETH Zürich, Rämistrasse 101, 8092 Zürich, Schweiz, www.library.ethz.ch

http://www.e-periodica.ch

Seelische Gesundheit

Willi Feuz

«Lieber Bruder, ich wünsche dir in jeder Hinsicht Wohlergehen und Gesundheit, so wie es deiner Seele wohlergeht . . .» beginnt der Älteste seinen Brief an den geliebten Gaius. (3. Johannesbrief)

Wie oft wünschen wir uns gegenseitig gute Gesundheit oder betonen, die Gesundheit sei doch das Wichtigste im Leben. Ob wir aber wie Johannes in erster Linie an die seelische Gesundheit denken? Schon das alte Testament kennt neben der körperlichen die seelische Gesundheit: «Ein Leben in Gesundheit ist mir lieber als Gold, ein frohes Herz lieber als Perlen. Kein Reichtum geht über den Reichtum gesunder Glieder, kein Gut über die Freude des Herzens» (Jesus Sirach 30,15f). Ich denke dabei auch an den römischen Satiriker Juvenal. Sein oft zitiertes Wort heisst richtig: «In gesundem Leibe möge ein gesunder Leib sein!»

Noch eindringlicher mahnt das Neue Testament: «Was hülfe es dem Menschen, wenn er die ganze Welt gewönne und nähme doch Schaden an seiner Seele.» Neuere Übersetzungen haben für Seele das Wort Leben und der Evangelist Lukas «sich selbst». Eine Seele hat man nicht, sondern eine Seele ist man. So sprach man früher von der Seelenzahl einer Ortschaft und meinte damit die Zahl ihrer Einwohner. Wo es um die Seele geht, da geht es um den ganzen Menschen.

Was denn seelische Gesundheit eigentlich sei, habe ich eine Gruppe von Menschen, die alte und kranke Gefährten begleiten, gefragt. Hier die Antworten:

Seelisch gesund ist ein Mensch, der nicht immer am Schweren herumarbeitet, der mit einem Schicksalsschlag fertig werden, ihn verarbeiten und annehmen kann, der weitergeht und erkennt, dass er schliesslich auch viel Gutes gehabt hat in seinem Leben. Seelisch gesund sei ein Mensch, der sich nicht festlegt, der lebendig und offen bleibt.

Auf die Frage, was der Mensch für seine seelische Gesundheit tun könne, wurde gesagt: Es brauche dazu eine Grundlage aus Glaube und Vertrauen in die Zukunft. Auch die Erinnerung an bessere Zeiten sei hilfreich.

Für die seelische Gesundheit im Alter können wir nicht früh genug vorsorgen. So wie wir gelebt haben, so sind wir im Alter. Das gilt besonders für die äussere und innere Beweglichkeit, für das lebendig und offen bleiben. Leben ist auch noch im Alter ein ständiges Neu-geboren-werden. In unserer Zeit, mit ihrer hohen Lebenserwartung, ist es besonders wichtig, neben der körperlichen auch die seelische Gesundheit zu erhalten und zu pflegen.

Besondere Bedeutung kommt dabei der Geborgenheit zu. Der alternde Mensch (jeder Mensch!) muss sich angenommen wissen. Angenommen fühlt er sich, wo ein Begleiter auf seine Bedürfnisse und Empfindungen eingeht. Eine wichtige Rolle spielt dabei das Gespräch. Ich habe Menschen erlebt, die ganz jung geworden sind, wenn sie einmal von sich erzählen durften. Aufmerksamkeit steigert das Selbstwertgefühl, das durch zunehmende Schwäche im Schwinden begriffen ist. Kommt noch der Verlust eines Lebenspartners oder Freundes hinzu, hat der von Einsamkeit und Isolation Bedrohte unsere Zuwendung doppelt nötig.

Der Sinn unseres Lebens erfüllt sich in der Gemeinschaft mit andern Menschen. Das Doppelgebot der Liebe ist nicht bloss als Aufgabe, sondern auch als Gabe zu verstehen.

In der Liebe zu Gott und zum Mitmenschen und damit und dadurch in der Selbstannahme erfüllt sich unser Leben.

Willi Feuz
Pfarrer am Kantonsspital Basel

diamex

DIAMEX AG
Prattelerstrasse 20, 4127 Birsfelden
Tel. 061 313 27 52
Fax 061 313 27 34

SPITEX - Lieferant

Verkauf und Vermietung von:
DIAMEX-Pflegebetten
inkl. Zubehörteile
Krankenmobilien

•

Service und Reparaturen

•

Offizielle AHV/IV Mietstelle für
Elektrobetten und Fahrstühle

Sicherheit im Alter!

An zentraler, verkehrsgünstiger Lage im Kleinbasel verkaufen wir mehrere

1- und 2-Zimmer-Alterswohnungen

Die Objekte sind zum Teil neu erstellt, teilweise rollstuhlgängig und speziell auf die Bedürfnisse von älteren Mitmenschen ausgerichtet. Die Wohnungen sind einem Alterszentrum angegliedert; dessen Dienstleistungen (Wohnungsreinigung, Wäsche, allgemeine Betreuung, Pensionsleistungen usw.) können bei Bedarf ohne weiteres in Anspruch genommen werden.
Die Verkaufspreise liegen zwischen Fr. 125 000.– (günstigste 1-Zimmer-Wohnung) bis Fr. 325 000.– (teuerste 2-Zimmer-Neubauwohnung)

Steinengraben 55
4002 Basel
Tel. 061-22 11 50

trimag