Zeitschrift: Kultur und Politik : Zeitschrift für ökologische, soziale und wirtschaftliche Zusammenhänge

Herausgeber: Bioforum Schweiz

Band: 17 (1962)

Heft: 1

Artikel: Bedrängte Seele - kranker Körper

Autor: Wilhelm, Denise

DOI: https://doi.org/10.5169/seals-890571

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: 22.08.2025

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

Bedrängte Seele

kranker Körper

Es scheint zunächst merkwürdig, daß die menschliche Seele mit den Krankheiten des Körpers in Zusammenhang gebracht wird. Aber tägliche Beobachtungen zeigen deutlich, daß seelische Bewegungen, welcher Art sie auch seien, körperliche Reaktionen haben. Denken wir an das Erröten, und an das Herzklopfen! Der bloße Gedanke, ertappt zu sein oder geliebt zu werden, vermag uns das Blut ins Gesicht zu treiben und unser Herzschlag wird beschleunigt durch Liebe, Angst und frohe Erwartung. Solche seelische Erregungen bewirken aber auch jene unangenehmen naß-kalten schweißigen Hände oder die angeregte Darm- oder Blasentätigkeit: alles Beweise einer seelisch-körperlichen Wechselbeziehung, die, wenn die Seele bedrängt wird, Störungen erfährt.

Solche momentanen Erregungen sind sehr häufig und körperlich unschädlich. Erst wenn sie von der Stärke eines Schocks sind, mag diese Verkrampfung eine länger dauernde oder bleibende Schädigung zu bewirken.

Gesundheitsschädigend sind dann besonders jene Einwirkungen, die sich unbemerkt über eine längere Zeitdauer hinziehen, so, daß eine gequälte Seele ständig auf den Körper ausstrahlt und ihre Verkrampfung auf diesen überträgt, zum Beispiel anhaltender Kummer oder anhaltende geistige Überanstrengung. Eine Belastung in großer Dosis, z. B. ein starker Ärger, kann sich im Körper dahin auswirken, daß eine Gelbsucht eintritt. Die feinen Kapillaren der Leber haben sich verkrampft, so daß die frisch fabrizierte Galle in die Blutbahn gelangt. Eine Gelbsucht ist ein sehr eindrückliches Beispiel dafür, daß eine Belastung der Seele starke Auswirkungen auf den Körper haben kann.

Belastungen in kleineren Dosen hingegen bringen keine Gelbsucht zum Ausbruch. Aber sie beeinflussen dennoch die Tätigkeit der Leber im Sinne einer Verkrampfung, so daß sie mit der Zeit ihre Funktionen nicht mehr richtig erfüllt. Eines Tages ist das Maß voll und Unregelmäßigkeiten im Filtriersystem der Leber treten ein.

Es kann nun aber vorkommen, daß keine wesentlichen Störungen eintreten, bis die Katastrophe da ist. Unbemerkt haben dann Verkrampfungen z. B. der Magenteile eine Geschwulst bewirkt, die den Ein- oder Ausgang schließt, und es muß operativ eingegriffen werden. Das ist die Krankheit vieler Lehrer. Die tägliche unbemerkte Belastung der Schulstube trägt die Schuld. Magenschmerzen, die zeitweise aufgetreten sind, ist keine Beachtung geschenkt worden.

Es erkranken nicht bei allen Menschen die gleichen Organe. Am anfälligsten sind die schwachen Teile. Der eine bekommt Magenverkrampfungen, der andere Angina Pectoris, der dritte die Zuckerkrankheit. Diese Übel offenbaren sich meist erst nach vielen Jahren, oder werden erst spät erkannt und sind darum auch schwerer oder gar nicht mehr heilbar.

Es gibt nun viele Mittel, um einen erkrankten Körper zu heilen, seien es der operative Eingriff oder das Medikament. Wer die Strath-Präparate kennt, weiß zum Beispiel, daß eine Angina Pectoris mit Bryonia-Strath fast augenblicklich gelöst werden kann. Schmerz und Verkrampfung sind wie verschwunden. Das ist aber noch keine Heilung. Wenn der Mensch nämlich unter den gleichen Bedingungen weiterarbeitet, bleibt die Seele auch weiterhin belastet und bewirkt die Reizung, die Entzündung und die Schwellung. Heilung wird erst dann erreicht, wenn der Patient sich völlig umstellt. Die Seele ist vor der Reizüberflutung zu schützen. Der Patient muß seine Arbeit einschränken und Entspannung suchen.

Es genügen auch operative Eingriffe nicht, um zum Beispiel einen Krebs zu heilen. Wenn die seelische Lage die gleiche bleibt, wuchert die Krankheit fort. Auch hier ist eine innere Umstellung unumgänglich. Diese Einsicht ist aber in den seltensten Fällen vorhanden, so daß — es muß leider gesagt sein — eine tüchtige Erkrankung nötig ist, damit diese Einsicht gefördert wird. Erst dadurch, daß der bedrohte Mensch aus dem Alltagsleben herausgerissen wird, werden ihm in der Stille des

Krankenzimmers die inneren Werte bewußt, so, daß er auf die Bedrängnis seiner Seele aufmerksam wird. Hier, losgelöst vom Geschäftsleben, wird er einer wohltuenden inneren Ruhe gewahr, die er vorher nicht gekannt hat, und nun beginnt er auch die Dinge der Welt mit andern Augen zu sehen. Das, was vorher so wichtig war, tritt in den Hintergrund. Die Umwelt kommt näher, Mensch und Natur werden neu entdeckt, vor allem der Mit-Mensch und die Farben und der Duft der Blumen, der Wind in den Kronen der Bäume, der Duft des ersten Regens nach langer Trockenheit. Diese Neuentdeckungen werden freudig registriert.

Bei diesem Menschen hat sich etwas Entscheidendes ereignet. Er hat entdeckt, daß es mehr gibt als nur sein Ich und sein Wohlergehen. Er entdeckt das «Du» und wird so mehr und mehr von sich selber abgelenkt. Das Gleichgewicht zwischen Seele und Körper wird wieder hergestellt. Die Krankheit ist zum Warner und Heiler einer seelisch-körperlichen Disharmonie geworden. Indem der Kranke seine Umwelt anteilnehmend in sich aufnimmt, gibt er sich hin an das andere. Das ist seine Erlösung von sich selbst. Und es geschieht erst noch ein Wunder: Die Mitmenschen sagen ihm nun etwas. Sogar die Natur nimmt Anteil an seinem Leiden. So schöpft er aus der Welt, selber gebend, die Kräfte zu seiner völligen Genesung.

Zu ihm, dem so Gewandelten, kommt die Krankheit nicht mehr zurück, auch wenn er in diese harte Welt zurückkehrt. Er steht nun über den Dingen und räumt nun auch den menschlichen Belangen mehr Zeit ein. Die Sucht zu herrschen hat er abgelegt, und eine Atmosphäre der Beruhigung umgibt ihn. Es entsteht ein Verhältnis des Vertrauens zu seinen Mitmenschen, mit denen er nun gemeinsam die Lasten des Alltags trägt. Wichtig ist, daß jeder bei sich selber beginnt. Denn jeder ist allein für seine Krankheit verantwortlich, deren Ursache vielfach in der Selbstüberschätzung liegt. Diese steigert die sonst schon großen Schwierigkeiten des Lebens ins Untragbare. Besonders die Seele leidet und diese leidende Seele wird die Ursache körperlichen Leidens, denn Seele und Körper durchdringen einander in liebender Einheit.

Wer nur immer sich selber in den Mittelpunkt stellt, ist *über*menschlich belastet. Wohl hat dieser Mensch die Genugtuung, sich als kleiner Gott zu fühlen. Aber nur Gott erträgt es, Gott

zu sein. Der Mensch geht daran zugrunde. Wenn er aber etwas Höheres über sich fühlt, das ihn trägt, stützt ihn ein Gefühl der Geborgenheit. Er ist nicht mehr so ausgesetzt und darum ruhiger und ohne Angst. Die Seele fühlt sich geborgen im Umfassenden und strahlt diese Ruhe in den Körper aus.

So weit muß der Genesende kommen. Dann kann er geheilt werden. Und diese Heilung hält an, wenn der Genesene seine Seele bewußt mit Sorgfalt und Liebe vor Bedrängnis zu behüten weiß.

Sr. Denise Wilhelm

Doz. Dr. med. Hans Peter Rusch:

Der Stand unseres Wissens über die Ernährung der Pflanzen

im Blick auf den gesundheitlichen Wert der Nahrung

Als ich vor langer Zeit mit Bodenstudien begann, war dies die einzige Frage, die mir gestellt war: was muß im Boden vorgehen, wenn er fruchtbar sein soll, und was muß in ihm vorgehen, wenn er gesunden Pflanzenwuchs produzieren soll?

Nun — es wird niemals irgend einem Menschen gelingen, diese Frage ganz und vollständig zu beantworten. Wer sich auch nur ein wenig mit der Bodenbiologie beschäftigt hat, wird ohne dies Bewußtsein keinen Anhaltspunkt für irgendeine sinnreiche Ordnung finden können, er wird sagen: das Bodenleben ist so ungeheuer vielfältig und verschiedenartig, daß es ganz unmöglich ist, alle diese Lebensvorgänge sinnreich einzuordnen. Es gibt im Boden nachweislich einige 100 000 verschiedenartige Kleintiere, Insekten, Pilze und Bakterien, und es gibt im Boden lebende Substanzen in einer vollkommen unvorstellbaren Zahl, eine Zahl mit einigen Dutzenden von Nullen. Und doch ist es möglich, wenigstens soviel Ordnung in das