



tag der kranken
journée des malades
giornata del malato
di dals malsauns

Gedanken aus christlicher Sicht zum Tag der Kranken 2021

Autorin: Nadine Manson, Beauftragte für Liturgie bei Evangelisch reformierte Kirche Schweiz in Zusammenarbeit mit Nicole Fivaz, Leiterin der Geschäftsstelle Tag der Kranken

Verletzlich, aber stark

In der ganzen Schweiz engagieren sich am 7. März 2021, dem «Tag der Kranken», tausende Menschen mit Veranstaltungen und Aktionen für all diejenigen, denen es nicht so gut geht. Auch zahlreiche Kirchgemeinden planen für diesen Tag spezielle Anlässe oder stellen in ihren gottesdienstlichen Feiern die kranken und beeinträchtigten Menschen ins Zentrum. Das Motto des Tag der Kranken 2021 lautet „verletzlich, aber stark“. Wir alle sind im Laufe unseres Lebens mit Krankheiten und Beeinträchtigungen konfrontiert – sei es als Angehörige, sei es, weil wir selber eine Diagnose erhalten oder einen Unfall erlitten haben. Gerade das Jahr 2020 hat gezeigt, dass Gesundheit nicht selbstverständlich ist und eine Krise, auch gesundheitlicher Natur, ganz plötzlich in unser aller Leben treten kann. In solchen Momenten ist es wertvoll, wenn wir wissen, was uns guttut und was wir brauchen, um mit der veränderten Situation umzugehen. So wie wir das Immunsystem unseres Körpers stärken, können wir dies auch mit unserer Seele respektive unserer Psyche tun und widerstandsfähiger werden. Die Forschung zeigt, dass es hierfür verschiedene Ansätze gibt, genauer gesagt acht Faktoren (siehe Kasten). Der Glaube und die christliche Gemeinschaft können dabei eine wichtige Rolle spielen.

Der Tag der Kranken wurde 1939 gegründet, weil die Tuberkulose-Ärztin Marthe Nicati beobachten musste, dass ihre Patientinnen und Patienten im Sanatorium in Leysin kaum Besuch erhielten und an dieser sozialen Ausgrenzung litten. Mit dem Tag der Kranken wollte sie lautstark auf die Vereinsamung dieser kranken Menschen hinweisen und etwas dagegen tun, z.B. mit Besuchen oder Veranstaltungen und damit auch den Genesungsprozess unterstützen.

Krankheit ist kein Fremdwort. Wir kennen unsere Verletzlichkeit. In diesem Jahr ist die ganze Welt von der Krankheit betroffen: dem Coronavirus. Die Kirchen waren nicht in der Lage, ihre Aufgaben auf die gleiche Weise zu erfüllen. Menschliche Kontakte sind diesem Virus ausgesetzt. Ein globales Handicap hat den Reiseverkehr drastisch reduziert, und die Wirtschaft leidet darunter. Die Welt ist krank und behindert. Überrascht, sprachlos, ängstlich kämpfen wir darum, die Krankheit zu überwinden. Und dabei geht oft vergessen, dass bereits vor Ausbruch der Pandemie 2.2 Millionen Menschen in unserem Land von einer chronischen Krankheit betroffen waren und sind. Wie nie zuvor kann der Tag der Kranken seine Erfahrung einbringen. Weil wir alle – ob selber krank oder nicht, in diesem Jahr von einer Krankheit, dieser Krankheit namens Covid-19 betroffen sind oder als Angehörige Anteil nehmen.

Verletzlich ...

Die Zerstörung einer Welt, Lukas-Evangelium Kap. 21, Verse 5 bis 19

In der Bibel haben viele Texte Situationen beschrieben, die mit unseren identisch sind. Die WHO hat von einer Pandemie gesprochen. Der Evangelist Lukas verwendete zu seiner Zeit



tag der kranken
journée des malades
giornata del malato
di dals malsauns

die Begriffe Plagen, Hungersnöte, schreckliche Phänomene, kurz Krisen. Unsere Welt hat sich auf den Kopf gestellt. Angesichts der Katastrophe, angesichts der Zerstörung Jerusalems, widerlegt Lukas jede Angst. Wir werden die «Weisheit» erhalten, der «niemand widerstehen oder widersprechen kann», « doch kein Haar von eurem Kopf wird verloren gehen.» Was ist in einer Krise zu tun? Lukas ruft zur Solidarität auf. Gehen wir und kümmern wir uns um unseren Nachbarn, sorgen wir uns, wo wir sind, um alte, isolierte, kranke, behinderte Menschen. Dieser Aufruf richten wir mit dem Tag der Kranken auch jedes Jahr an die Bevölkerung. In unserem täglichen Leben sollten wir darauf achten, dass wir auf diejenigen Menschen Rücksicht nehmen, sie unterstützen und in diesem Jahr: nicht zu Multiplikatoren des Virus werden. Kümmern wir uns um unsere Nachbarn, indem wir die Regeln der Hygiene mit äußerster Sorgfalt einhalten und auf eine neue andere Weise Nähe schaffen. Denn die Bibel sagt uns: «Durch eure Standhaftigkeit werdet ihr euer Leben gewinnen.» Dieser Glaube, diese Überzeugung lässt sich leicht in die Praxis umsetzen. Aufmerksamkeit gegenüber anderen und Höflichkeit werden Zeichen unserer Nachdenklichkeit und Beständigkeit sein. In dem Wissen, dass wir trotz unserer konstitutiven und von allen Menschen geteilten Verwundbarkeit krank sein können oder nicht, behindert oder nicht, dass wir aufmerksam und fürsorglich miteinander umgehen können.

... Aber stark

Der Tempel des Heiligen Geistes, Erster Brief an die Korinther Kap. 6, Vers 19

In Gefahrensituationen fürchten wir allzu oft um uns selbst: Um unser Leben, um das Gleichgewicht unseres täglichen Lebens, um unsere Zukunft, um unsere Lieben. Krankheiten und Beeinträchtigungen verändern unsere Selbstwahrnehmung. Häufig wird unsere Beziehung zu unserer Identität und unserem Körper durch die Art und Weise, wie andere uns ansehen, beeinträchtigt. Manchmal werten wir uns sogar selbst ab, weil wir nicht wie alle anderen sind. Doch, wie die Bibel uns erinnert, sind wir viel mehr, als wir glauben zu sein. «Oder wisst ihr nicht, dass euer Leib ein Tempel des Heiligen Geistes ist, der in euch wirkt und den ihr von Gott habt?» In dieses Fleisch, das wir sind, atmet ein Geist. Verletzliche Materie wird von einem Atem bewohnt, dessen Wesen jenseits der Ohnmacht unserer Menschheit liegt. Geist, der sich auch dann manifestiert, wenn wir krank geschwächt oder durch eine Behinderung beeinträchtigt sind, bringen wir unseren Lieben Freude und Trost. Geist, der sich zeigt, wenn er durch den täglichen Kampf gegen Krankheit oder Beeinträchtigung geprellt und erschöpft ist, haben wir immer noch einen Sinn für Humor und Fröhlichkeit. Denn dieser Geist, dieser Heilige Geist hat seinen Ursprung in Gott. Gott, der auf geheimnisvolle Weise alles geschaffen hat, was ist. Die Kirchen arbeiten daran, diese Überzeugung zu verbreiten und zu teilen. So dass sie durch das konstante Dasein für die z kranken Menschen diesen und allen anderen erlauben, diesen Atem in ihnen zu spüren. Lasst uns in jeden einzelnen unserer Körper diesen Atem der göttlichen Natur spüren und einatmen.

Literaturvorschläge:

- Faktenblatt Tag der Kranken 2021.



tag der kranken
journée des malades
giornata del malato
di dals malsauns

Das Konzept Resilienz

Resilienz, auch Widerstandskraft genannt, ist kein fixer Zustand, sondern ein lebenslanger Prozess und beginnt bereits in der Kindheit. Hat jemand so eine innere Stärke kann er oder sie besser mit Krankheiten, Krisen und Verlusten umgehen, denn er oder sie ist überzeugt davon, dass es irgendwie weitergeht. Forscher haben herausgefunden, dass mehrere Faktoren die Widerstandskraft erhöhen. Diese sind zum einen in uns selbst begründet, also Teil unserer Persönlichkeit, unserer Haltungen, Begabungen und Erfahrungen und werden zum anderen von aussen beeinflusst durch positive Rollenbilder, stabile Lebensverhältnisse, ein stimulierendes Lern- und Arbeitsumfeld, die Möglichkeit für Weiterbildung und Perspektiven sowie mindestens eine feste und zuverlässige Bezugsperson. Es ist erwiesen, dass Kinder, die mindestens eine feste erwachsene Bezugsperson haben, die ihnen Liebe und Geborgenheit vermittelt, psychisch gestärkt durchs Leben gehen. Menschen sind widerstandsfähiger, wenn sie:

1. Eine optimistische Einstellung zu Veränderungen haben und auf Ihre Fähigkeiten vertrauen.
2. Objektive Leistungsgrenzen akzeptieren und Rahmenbedingungen realistisch einschätzen können.
3. Probleme offen ansprechen und lösungsorientiert vorgehen.
4. Ein gutes Stressmanagement haben sowie für Ihre Bedürfnisse und Regenerationszeiten sorgen.
5. Selbstverantwortung und Eigeninitiative übernehmen.
6. Bei Überforderung Hilfe annehmen und ihre Beziehungen und Netzwerke pflegen.
7. Für das eigene Leben Visionen, Werte, Sinnhaftigkeit und Ziele entwickeln.
8. Offen bleiben und improvisieren können bei unvorhergesehenen Ereignissen.

Über den Tag der Kranken

Hinter dem Tag steht der gleichnamige Trägerverein, der die Bevölkerung einmal pro Jahr auf ein besonderes Thema aus dem Bereich «Gesundheit und Krankheit» sensibilisieren will. In der Rubrik «Aktivitäten» der Website www.tagderkranken.ch sehen Interessierte, welche Veranstaltungen wo und wann stattfinden. Im Bereich Medien finden Sie die Hintergrundinformationen und Daten zum Motto 2021.

Tag der Kranken, Spendenkonto: PC 89-187572-0