

WAS KANN DIE PSYCHOSOMATIK?

Affirmationen gegen die Belastungen der Seele

Gibt es eine Verbindung zwischen körperlichen Krankheiten und den Nöten der Seele? Für viele ist dieser Gedanke fremd. Sie gehen zum Arzt und wollen das Symptom loswerden, an dem sie leiden. Mit der entsprechenden therapeutischen Massnahme gelingt das oft auch, und dann ist wieder gut.

Allerdings gibt es auch hartnäckige Leiden, deren Ursache sich schlecht ermitteln lässt. Spätestens dann ist es angezeigt, sich um Rat an die Psychosomatik zu wenden. In diesem wenig bekannten Gebiet der Medizin rücken der Zusammenhang zwischen Körper, Geist und Seele in den Mittelpunkt der Betrachtung.

Sabine Viktoria Schneider weiss: «Die Seele sucht sich bei einer zu hohen Belastung oft einen Ausweg über den Körper.» Die erfahrene österreichische Psychosomatikerin hat vor kurzem das Buch «Heilende Gedanken» (Verlag Edition a) veröffentlicht. Darin beschreibt sie in alphabetischer Reihenfolge knapp 200 Symptome in ihrem psychosomatischen Zusammenhang und formuliert für jedes Leiden eine lösende Affirmation.

gelassen

gesund

wahl

Gedanken und Wörter haben sehr wohl ihren Einfluss auf die Gesundheit – gewusst wie!

Selina Bonagura und Reinhard J. Steiner wollten es wissen. Sie reisten mit der Kamera zu den Leuten mit dieser einen Frage.



FOTOS: ZVG (2), GRAFIK: SHUTTERSTOCK (3)

Per Anhalter durchs Universum der Liebe

Mit der Liebe beschäftigen wir uns mehr oder weniger alle. Doch darüber sprechen und sie **erklären?** Ein Film wagt das Unmögliche. *Von Martin Frischknecht*

Stellen Sie sich vor, Sie begegnen auf der Strasse einem Menschen, der Ihnen freundlich zulächelt und eine Frage stellt. Es geht nicht um eine Auskunft zur Lage eines bestimmten Lokals oder etwas Ähnlichem. Auch nicht Ihre Unterschrift auf einem Petitionsbogen oder Geld für eine Spende wird verlangt. Die Frage lautet schlicht und ergreifend: «Was ist Liebe?»

Ja, hallo? Auf der Strasse einfach so über die Liebe sprechen? Gerade das haben Selina Bonagura und Reinhard J. Steiner zwei Wochen lang getan. Ausgerüstet mit Mikrofon und Kamera liessen sich die beiden von Wil (SG) aus treiben und trampften durch die Schweiz, durch Süddeutschland und Österreich. Sie stellten, wo immer möglich, diese eine Frage. Die Antworten und die Gespräche, die sich daraus ergaben, wurden aufgezeichnet für den Film «What is Love?» (mooo.pictures/whatislove/), der seit Herbst 2023 in Kinos zu sehen ist.



Und was wissen die Mitglieder einer Tiroler Biker-Gang von Liebe? Eine Menge!

Die Antworten lassen aufhorchen. Der Film beeindruckt nicht allein durch die grosse Zahl der Gesprächspartner, sondern auch durch deren Bereitschaft, sich vertieft und kenntnisreich zum heiklen Thema zu äussern. Denn Liebe, das ist keineswegs nur das, was ein frisch verliebtes, junges Paar darüber zum Besten gibt. Im Film sprechen Geistliche, Verkäuferinnen, ein Bürgermeister, Grossmütter, Schulkinder, die altersmilden Mitglieder eines Akkordeonorchesters. Und alle haben sie aufgrund eigener Erfahrung Wesentliches beizutragen.

Im Schwarzwald stossen die

Filmemacher – gelenkt durch eine Mischung aus Fügung und Zufall – auf eine Frau, die ihren Mann bis zu dessen Tod pflegte, wonach kurz darauf ihr Haus niederbrannte. Als wäre es die selbstverständlichste Sache der Welt, steht die Leidgeprüfte in der Brandruine zwischen ihren Habseligkeiten und gibt gewissenhaft Auskunft über das, was sie von der Kraft der Liebe weiss. Und es ist ergreifend viel.

Mehr als einmal wird deutlich: Die Liebe lässt sich schwer beschreiben. Doch sie wirkt als jene verbindende Kraft, die Dinge und Menschen im Innersten zusammenhält. 🌱