



Klinik Hohe Mark

KLINIKEN

Psychiatrie – Psychotherapie – Psychosomatik

fachlich kompetent – christlich engagiert

„Die Freude am Herrn ist eure Stärke ...!“ Nehemia 8,10



Liebe Freunde der Klinik Hohe Mark,

diesen o.g. Bibelvers einer „starken Freude“ zitiert der ärztliche Gründer der DGD-Klinik Hohe Mark Dr. Alfred Lechler in einem, seit 1966 immer mal wieder veröffentlichten Buch mit dem Titel „Leg Deine Nerven in Gottes Hand!“. Hierin beschreibt Lechler die Freude als eine unentbehrliche Kraft für die Gesundheit der Nerven:

„Starke Freude“ - Alfred Lechler hat recht

Lechler hat in seiner therapeutischen Arbeit die Beobachtung gemacht, dass freudige Gedanken nervöse Spannungen lockern und lösen können. Er schreibt in seinem o. g. Buch: „*Und in der Tat – die Freude erweist sich als ein vorzügliches Mittel zur Erholung und Kräftigung der Nerven. Schon ein froher Gedanke, das Betrachten eines ansprechenden Bildes, überhaupt jeder genussreiche Anblick, das Hören erhebender Musik, die Vorfreude auf ein schönes Erlebnis u. a. genügt meist, um das Wasser im Mund zusammenlaufen zu lassen.*“



Bei dieser Erkenntnis blieb er nicht stehen, sondern entwickelte daraus eine Übung mit dem **therapeutischen Mittel „Freude“**. Dieses wirkt, indem es - mit der achtsamen Konzentration auf den Vorgang der Speichelabsonderung - dem bewussten Willen unterstellt wird. Lechler nannte die Übung „**Schmunzelübung!**“

Heute bestätigt die Forschung die enorme Kraft positiver Emotionen für die seelische Gesundheit und die Fähigkeit der Resilienz (psychische Widerstandsfähigkeit).

Humor in der Psychiatrie

Eine besondere Form der Freude ist der Humor. Dieser entwickelt sich besonders dort, wo die Umstände eher widrig und schwer sind. Eine Art „Freude-trotzdem!“

Hierüber hat sich Jonathan Gutmann, Fachpfleger für Psychiatrie der Klinik Hohe Mark, intensiv Gedanken gemacht. Er hat gefragt, wie man die Kraft des Humors besonders auch in der Psychiatrie positiv einsetzen kann. Entstanden ist ein entsprechendes Fachbuch*, welches die guten Erfahrungen der Klinik Hohe Mark für eine menschliche Psychiatrie in Fachkreisen bundesweit noch bekannter macht. Danke Jonathan Gutmann!

* Humor in der psychiatrischen Pflege. Hogrefe Verlag, 2016.

Goldenes Kronenkreuz für Pfr. Dr. Joachim Drechsel

Am 10. November 2017 erhielt Pfr. Dr. Joachim Drechsel, Vorstandsvorsitzender der DGD-Stiftung und Geschäftsführer der DGD-GmbH, das Goldene Kronenkreuz der Diakonie.

Es wurde ihm im Rahmen des 1. DGD-Klinik-Forums im Kirchsaal der Klinik Hohe Mark vom Vorstandsvorsitzenden der Diakonie Hessen, Pfr. Horst Rühl, feierlich überreicht. Er tat dies im Auftrag des Präsidenten der Diakonie Deutschlands, Pfr. Ulrich Lilie. Das Kronenkreuz in Gold ist ein Zeichen des Dankes und der Wertschätzung für die Treue und den Einsatz im Dienst am Nächsten, welches nach mindestens 35 Jahren Engagement verliehen wird. Wir schließen uns diesem Dank an Pfr. Dr. Drechsel sehr gerne an, dessen Einsatz für die Klinik Hohe Mark und für die Menschen in Ruanda/Afrika wir viele Jahre lang ganz direkt miterlebt haben. Danke Joachim Drechsel!



Termine

- Sa. 16. Dezember 2017, 19.15 Uhr
Weihnachtliches Konzert - ERF-Chor Wetzlar
- Fr. 22. Dezember 2017, 19.15 Uhr
Klassisches Weihnachtskonzert: Lieder & Duette
- So. 24. Dezember 2017, 16.00 Uhr
Christmette in der Klinik Hohe Mark
- Fr. 29. Dezember 2017, 19.15 Uhr
Klass. Konzert der koreanischen Gemeinde Schwalbach

„Starke Freude - Große Freude“
Gottes Segen zum Christfest wünschen Ihre

Anke Berger-Schmitt

Gottfried Cramer



Aus dem Weihnachtsevangelium des Lukas

„Große Freude“

Fürchtet euch nicht! Siehe, ich verkündige euch große Freude, die allem Volk widerfahren wird; denn euch ist heute der Heiland geboren, welcher ist Christus, der Herr, in der Stadt Davids.

Das sagt der Engel ausgerechnet diesen schlichten Hirten, die nicht lesen oder schreiben konnten, die noch nicht einmal ein Dach über dem Kopf hatten. Hätte er sich da nicht ein bisschen vernünftiger Leute aussuchen können? Politiker zum Beispiel, oder Schriftgelehrte? Hätten die seine Botschaft nicht viel kompetenter und wirkungsvoller weitergeben können?

Ja sicher - wenn sie sie verstanden hätten. Aber das Problem ist, dass Gottes Botschaften immer schwerer ankommen, je mehr wir selbst wissen und haben. Wer viel weiß, versucht immer alles Neue, das er noch nicht kennt, in sein System einzuordnen. Als Theologe in sein theologisches System, als Naturwissenschaftler in sein naturwissenschaftliches System. Und wer auf Macht aus ist, dem geht reflexartig immer als erstes durch den Kopf: Nützt das meinen Interessen, oder schadet es ihnen? Kann ich damit mehr Geld machen, mehr Einfluss auf Leute bekommen oder nicht?

Ganz egal, was es ist. Menschen, die in diesem Denken gefangen sind, werden gar nicht mehr erreicht von der Frage, was denn eigentlich wahr ist.

Wir erleben das schon in den Evangelien sehr deutlich daran, wie Menschen auf Jesus reagieren. Er kann die klügsten Sachen sagen, die wunderbarsten Krankenheilungen vollbringen: Schriftgelehrte und Machthaber merken nur, dass er ihren Lehrmeinungen und Machtinteressen in die Quere kommt und überlegen, wie sie ihn unschädlich machen können. Was er sagt, kann überhaupt nicht landen bei ihnen.



Male Rinsland, Klinik Hohe Mark 2007

Heute ist das ähnlich. Oft haben wir ja so viel vor, dass wir überhaupt nicht dazu kommen, uns irgendwelche tiefgründige Gedanken zu machen. Aber auch wenn das mal klappt, hat Gott es schwer. Er kann große Wunder tun, die schönsten Dinge schaffen - wir nehmen uns heraus, die Dinge so zu sehen, wie wir es wollen.

Ich glaube, das einzige, was die Hirten auszeichnete ist: dass sie nicht eingebildet waren. Weder auf ihr Wissen, noch auf ihre Erfolge. Und deshalb konnte Gott ihnen so unmittelbar begegnen. Sie interpretierten nicht herum, waren nicht gefährdet, sich in wissenschaftlichen Theorien oder Machtbestrebungen zu verstricken. Für sie war ein Engel ein Engel. Wenn man das nicht sofort sah!

Und dann sahen sie noch mehr: Auf einmal war da die Menge der himmlischen Heerscharen, die alle zusammen Gott lobten. Sie gaben ihm die Ehre und riefen Frieden über die Erde aus.

Wer mag sich von dieser Hirtenfreude anstecken lassen?

Eine wundervolle und gesegnete Weihnachtszeit wünscht Ihnen

Dr. Martin Grabe
Chefarzt in der Klinik Hohe Mark

SPENDENKONTO FREUNDKREIS: SEELSORGE - MUTTER- U. KIND-STATION - KULTURARBEIT - AFRIKA-HILFE RUANDA | TAUNUS SPARKASSE
IBAN: DE96 5125 0000 0007 0083 09 | BIC: HELADEF1TSK