



Alexianer

Die Dachgesellschaft der
Alexianer-Einrichtungen

LEBENSQUALITÄT

Lebendig sein

Wenn wir über Lebensqualität sprechen, denken viele zuerst an Gesundheit, Bewegung, Unabhängigkeit. Aber Lebensqualität ist mehr als nur „gut klarkommen“. Es geht auch darum, sich lebendig zu fühlen – verbunden, gesehen, getragen. Spiritual Care erinnert uns: Der Mensch ist mehr als Körper und Kopf. Da ist auch etwas Tieferes – eine Sehnsucht nach Sinn, nach Frieden, nach einem Ort, an dem man einfach sein darf. Manchmal zeigt sich das in einem Gespräch, in einem Moment der Stille, in einem kleinen Gebet. Es geht nicht darum, große Antworten zu finden, sondern Raum zu schaffen für das, was im Innersten bewegt. Jesus hat gesagt: „Ich bin gekommen, damit sie das Leben haben – und es in Fülle haben.“ Dieses Leben in Fülle hat nichts mit Perfektion zu tun. Es bedeutet, dass wir auch in schwierigen Zeiten spüren dürfen: Ich bin nicht allein. Lebensqualität heißt dann vielleicht: nicht alles schaffen zu müssen – aber sich trotzdem getragen wissen. Nicht ständig stark zu sein – aber trotzdem Sinn und Wert zu finden.

Horizonte

