



Leben in Anspannung – Ballast, der zerstört und doch lebensfähig macht

Von *Fuehr*

Erstellt am 27 Okt 2014 - 15:47

Fuehr: Anspannung, Ballast, Last tragen – das sind Worte, die in unserem Sprachgebrauch schon ganz üblich sind und tatsächlich ist das Leben oft eine große Last. Längst nicht mehr ist alles so einfach und unkompliziert, wie es einmal war. Arbeitslosigkeit und die allgemeine Wirtschaftslage prägen unsere Gesellschaft und somit auch unser Leben. Tod und Trauer gab es schon immer und den Schmerz darüber ebenfalls. Man kann nur hoffen, dass es den Menschen nicht verloren geht, auch trauern zu dürfen, um ihre Seele gesund zu halten. Lachen und Weinen – ganz nah beieinander. Trauer, Schmerz und Glück sind ebenfalls oft eng miteinander verknüpft.

Menschen, die an einer unheilbaren Krankheit leiden, haben sicher eine ganz besondere Last zu tragen.

Autorin Heike Fuehr, selbst seit 1994 an Multipler Sklerose, MS, erkrankt, macht sich oft Gedanken über ihr Leben unter dieser Last und über das Leben ihrer „Leidensgenossen“.

Wenn man schon in jungen Jahren mit einer solchen Diagnose überrascht wird, ändert sich Vieles und zum Teil auch drastisch.

Fuehr sagt: „Als ich auf dem linken Auge plötzlich blind war und noch erhebliche Gleichgewichts- und Koordinations-Störungen, sowie Schwierigkeiten mit dem Laufen und Treppen steigen hatte, war mein erster Gedanke: oh je, die Kinder!

Auch, als die Diagnose im Krankenhaus gestellt wurde, ich eine Cortison-Stoßtherapie bekam und sich die Sehnerventzündung zurückbildete, musste ich immer wieder an meine Kinder denken: sie hatten nun eine beeinträchtigte Mama mit sehr ungewissem Ausgang der Krankheit.

Mir wurde bewusst, mit welcher Leichtigkeit ich die Jahre zuvor als Mutter gelebt habe. Und nicht nur als Mutter: als Ehefrau, Tochter, Freundin und Nachbarin.

Diese Sorglosigkeit und Leichtigkeit war nun vorbei. Nicht gewollt und bewusst, oder gar gelenkt, sondern es war ein FAKT, dass ich Manches nicht mehr konnte - gerade in Bezug auf die Kinder.“

Dieses Bewusstsein, dass man schon 20 sehr lange Jahre lang die „Gewissheit“ mit sich herum TRÄGT, dass man unheilbar krank ist und sich ganz plötzlich der Zustand noch verschlechtern kann, ist immer allgegenwärtig.

Und wenn Betroffene (oder auch Eltern, die ihre Kinder viel zu früh verloren haben und unzählige andere Schicksalsschläge) mal in Ruhe über diesen Ballast nachdenken, fragen sie sich, wie man das überhaupt aushält. Wie lebt man, wie agiert man?

Man arrangiert sich damit, aber diese Nerven, die dabei tatsächlich angegriffen und zerstört werden, die bekommt man niemals wieder.

Heike Fuehr beschreibt es so: „Wie oft hab ich am Bett meiner Kinder gesessen und mich gefragt, ob ich denn mit all meinen Einschränkungen noch eine gute Mutter bin. Wie oft habe ich mich ins Dachgeschoss zu meinem Sohn hoch gequält und das jedes Mal mit dem Gedanken, dass es vielleicht das letzte Mal war, dass ich es schaffe. Wie oft habe ich am Bett meiner Kinder gesessen und über meine Situation geweint und gehofft, dass sie niemals von dieser Krankheit betroffen werden.

Wie oft konnte ich bei Ausflügen der Schulklasse nicht helfen, bzw. als Begleitperson mitgehen, obwohl ich die Zeit dazu gehabt hätte???!?!!

Wie oft habe ich ihnen (und auch Anderen) vorgegaukelt, mir ginge es gut, um sie nicht zu belasten???”

Das kann sich jemand, der das nicht erlebt hat, sicher nur schwer vorstellen.

Jahrzehntelang trägt man diesen Ballast, diese wirklich enorme LAST mit sich herum. Der Rücken ist krumm von all der Last, er kann sich nicht mehr aufrichten und die Seele hat tiefe



Narben und Wunden erhalten, die sich nicht mehr reparieren lassen. Jahrzehntlang tragen Betroffene Angst und oft auch Panik (mehr oder minder) still mit sich herum und üben sich in absoluter und ständiger Selbstkontrolle. Mit viel Glück zerbrechen sie nicht daran, aber sie werden Wunden davon tragen ...

Auch ist die psychische Belastung dieser Last nicht zu unterschätzen, die dann wiederum oftmals eine Depression auslöst. Man nennt diese dann „reaktive Depression“, da sie durch äußere Umstände verursacht wird. Und durch lange und andauernde psychische Belastungen kann sich eine Erschöpfungsdepression entwickeln.

In jungen Jahren eine fortschreitende MS zu bekommen (oder andere Schicksalsschläge zu erleiden), nimmt einem erheblich Lebensqualität und die Psyche wird ungemein und sehr stark belastet. Sie und der Körper werden deshalb auch im fortschreitenden Alter zerbrechlicher sein. Einfach darum, weil man diese Zeit vorher nicht gesund, nicht normal leistungsfähig war und dem jeweiligen Schicksal täglich die Stirn bieten musste. Ein Kampf, der Kräfte raubt!

Jahre, die man in relativer Sorglosigkeit leben kann, sind geschenkte Jahre, die mit nichts, wirklich NICHTS zu ersetzen sind.

Die Autorin Heike Führ hat im Rosengarten-Verlag ein MS-Buch veröffentlicht:
„Hallo MS“ / ISBN: 978-3-945015-07-0

Des Weiteren ist von ihr zum Thema „SEXUALITÄT- positive Tipps bei chronischen Erkrankungen“ auf den Markt gekommen. ISBN: 9783735793997

Schauen Sie doch mal auf ihrer Homepage vorbei: www.multiple-arts.com [1]

- [Krankheiten und Therapien](#)

Quellen URL (aufgerufen am 13 Mai 2021 - 05:13): <https://www.medcom24.de/node/19617>

Links:

[1] <http://www.multiple-arts.com>