

PUBLIKATION



Wir, die
Kulturlandsgemeinde
des Kantons Appenzell Ausserrhoden,



an unsere getreuen,

LIEBEN KULTURLANDLEUTE

im Kanton und ausserhalb



Hauptsache gesund: Unsere Zeit pflegt den Kult des perfekten und ewig jungen Körpers. Zugleich nimmt die Zahl psychischer Krankheiten zu, und die Gesundheitskosten explodieren. In Sorge um diese Krankheitssymptome sind wir, die Kulturlandsgemeinde von Appenzell Ausserrhoden, im Kurort Gais zusammengelassen, um - von Frischluft umweht - über Diagnosen und Rezepte für den Patienten Gesundheit zu diskutieren. Hier die sieben mehr oder weniger bitteren Pillen.



Erstens: Körper in Höchstform

Der menschliche Körper ist ein Wunder. Unsere Gesellschaft feiert den gestählten Körper und treibt ihn zu immer neuen Höchstleistungen an, in Spitzensport und Kunst, aber auch im Alltag. Das kann eine Lust oder ein Zwang sein. Wer hält wo mit? Vergessen wir bei allem Machbarkeitswahn nicht, dass zur Spannung auch die Entspannung gehört. Hören wir auf den Körper statt auf Parolen und Ideale. Das bekömmliche Rezept heisst: Balance statt Raubbau.



Zweitens: Einsamkeit macht krank

Gesund zu sein, ist keine Selbstverständlichkeit. Zum Mängelwesen Mensch gehört die Krankheit, die Fragilität, der Absturz, die Endlichkeit. Wer damit konfrontiert ist, macht schmerzhafte Prozesse durch. Ohne dies verharmlosen oder idealisieren zu wollen, erinnern wir daran: Krankheit ist eine Aufforderung, für alle. Spannen wir Netze, geben wir einander Sorge, gerade auch bei «unsichtbaren» psychischen Krankheiten. Gemeinschaft fördert die Gesundheit - Einsamkeit macht krank.



Drittens: Der strapazierte Mensch

Das Tempo steigt, der Druck nimmt zu, wir strampeln im Hamsterrad der Selbst- und Fremdanprüche. Der moderne Mensch ist ein Getriebener - bis zu dem Moment, wo Körper oder Gemüt den Dienst verweigern. Leisten wir Widerstand gegen die Raserei, halten wir für Momente inne, verlagern wir unsere Aufmerksamkeit vom Müssen aufs Dürfen. Statt immer mehr und immer schneller: Pflegen wir unseren Zeit-Wohlstand!

Viertens: Von der Verantwortung

Jetzt wird es schwierig. Nämlich: Bin ich selber dafür verantwortlich, ob es mir wohl oder übel geht? Oder ist es meine Umwelt, die Arbeit, das Essen, die Nachbarn, die Politik? Sicher ist: Armut macht krank. Gesundheit ist eine Frage der sozialen Stellung, der Bildung, des Wissens. Autonom über sich und sein Wohl oder Übel entscheiden zu können, ist ein Privileg. Sorgen wir dafür, dass Selbstbestimmung für alle zur Selbstverständlichkeit wird - gerade dort, wo es um unser Aller-nächstes geht: unsere Gesundheit.



Fünftens: Die Kostenlüge

Die Schweiz ist ein reiches Land, sie kann sich entgegen allen Alarmrufen ihr teures Gesundheitssystem leisten - doch bis zu welchem Mass? Und wer entscheidet darüber? Die Fortschritte der Medizin sind schwindelerregend. Alles im Griff - aber auf der Strecke bleibt allzu oft die Zeit, auch die Zeit für Pflege und Begleitung. Die Debatte darüber steht erst am Anfang. Unsere alternde Gesellschaft wird nicht um sie herumkommen. Und, Hand aufs Herz: Wer verzichtet auf Spitzenmedizin, wenn es ans eigene Leben geht?



Sechstens: Der kranke Planet

Gesundheit fängt bei mir selber an - die Umwelt gehört mit dazu. Auch für deren Gesundheit trägt der Mensch die Verantwortung, ebenso wie für den Raubbau an Ressourcen. Einfache Rezepte für den kranken Planeten gibt es nicht. Aber was wir längst wissen könnten: Unser Verhalten, von Essensgewohnheiten bis zum Energieverbrauch, hat Gesundheitsfolgen, lokale und globale. Eigenwohl und Gemeinwohl hängen zusammen. Körperlich-geistiges und soziales Wohlbefinden sind nicht zu trennen.



Siebtens: Eine Revolution

Noch einmal: Frischluft. Das Appenzellerland hat eine jahrhundertelange Gesundheitstradition. Die Kulturlandsgemeinde schlägt einstimmig vor, diese Tradition zu erneuern: Erklären wir unseren Kanton zu einem entschleunigten Flecken Erde in Europa. Entdecken wir die Kunst der Langsamkeit. Bremsen wir die Autos ab, Tempo 30 innerorts, Tempo 50 ausserorts. Lassen wir uns von Robert Walser, dem passionierten Fussgänger und Verächter aller Heldenprogramme, inspirieren. Man wird uns bestaunen und beneiden und besuchen - wohl oder übel.



Gegeben an unserer Zusammenkunft

vom 4./5. Mai 2013
im Hotel Krone in Gais

www.kulturlandsgemeinde.ch