

Wolfgang Vreemann:

**Bitte hilf meiner Seele.**  
**Seelsorgerlich helfen im Alltag**

Dillenburg (CV) 2018

Paperback, 422 Seiten

ISBN 978-3-86353-515-5

Euro 16,90

Jedem Menschen geht es manchmal gut und manchmal schlecht. Und die Skala dazwischen hat viele Facetten. So ist es auch bei gläubigen Christen, obwohl sie die Hilfe ihres Herrn erleben und oft erlebt haben. Das Gute ist, dass neben der Hilfe des Herrn auch die anderer Christen bereitsteht bzw. bereitstehen sollte. Diese kann bei scheinbar banalen Dingen beginnen, aber auch eine breite Dimension einnehmen. Unter anderem um dies bewusst zu machen und damit dies mehr aktiv geschieht, hat Wolfgang Vreemann das Buch *Bitte hilf meiner Seele. Seelsorgerlich helfen im Alltag* geschrieben.

Er geht u.a. auf folgende Themen ein: Biblische Grundlagen der Seelsorge; die wichtigsten psychischen Erkrankungen: Depressionen, Angst und Angststörungen, Zwang und Zwangsstörungen, Alkoholkrankheit, psychosomatische Krankheiten und besondere Seelsorgethemen wie Stress, Kränkungen und Verbitterungen, Generationsprobleme in der Pubertät, Missbrauch, die heilsame Kraft der Vergebung, Seelsorge bei Sterbenden, und schließlich stellt er ein biblisches Vorsorge- und Fitnessprogramm für die Seele vor.

Das Buch ist übersichtlich gegliedert und leicht lesbar. Die Inhalte sind oft mit praktischen Beispielen angereichert und mit biblischen Begebenheiten oder Bibelstellen fundiert. Der Autor war jahrzehntelang Arzt und in seelsorgerlichen Bereichen praktisch tätig – so kann man auch von seiner Erfahrung lernen. Durch die Lektüre wird man nicht nur dafür sensibler, wie man anderen besser helfen kann, sondern man wird auch auf eigene Problemfelder aufmerksam, wo man Änderungen vornehmen sollte. Wenn man auch die eine oder andere (evtl. durch den Überblickscharakter bedingte) Darstellung so nicht teilen kann<sup>1</sup>, ist das Buch doch hilfreich und empfeh-

---

<sup>1</sup> Zum Beispiel in Bezug auf Idole: „Junge Menschen ahmen ihre Kleidung, ihren Lebensstil und ihr Verhalten nach. Das ist alles nicht problematisch, solange die Toleranzgrenzen und die Wertmaßstäbe

lenswert, auch weil der Gesamttenor es ermöglicht, diese Aspekte geistlich angemessen einzuordnen.

Jochen Klein