

Relativierung und Subjektivität von Gesundheit und Krankheit in Petrarcas Lebensratgeber

In vielen Schriften seit der Antike ist erkennbar, dass Gesundheit und Krankheit keine starren Zustände, sondern ineinander greifende polare Prozesse sind, die im Sinne einer Eukrasie (Gesundheit) als positiv und erstrebenswert beziehungsweise einer Dyskrasie (Krankheit) als negativ und hinderlich beurteilt werden. Es fällt dabei eine unterschiedliche Akzentuierung zwischen medizinischer und philosophischer Literatur auf. Die medizinischen Texte fokussieren auf eine Beschreibung objektiverer Fakten und versuchen so, die beiden Zustände als Rahmenbe-

griffe zu definieren. Die philosophischen Texte greifen mehr das individuelle Erleben auf und stellen die Begriffe in einen biografischen Kontext.

In Francesco Petrarca (1304 – 1374) Lebensratgeber von 1358/66 ist zunächst die Herangehensweise eine philosophische, die jedoch durch das spezifische von Petrarca verwendete dialogische Prinzip nicht streng auf ein Individuum ausgerichtet, sondern so allgemein gefasst ist, dass möglichst viele Teilaspekte berücksichtigt werden. Dabei geht es nicht darum die Gesundheit zu loben und die Krankheit schnell zu beseitigen, auch geht es nicht um eine moralische Bewertung [1, 2], sondern beide Zustände als relativ zu erkennen und ihre Grenzen ohne überschießende Emotionen zu bedenken [3, 4]. Während die Krankheit dabei in einem

Kapitel behandelt wird, unterscheidet Petrarca bei der Gesundheit den stabilen von dem wiederhergestellten Zustand nach einer Krankheit. Die Kapitel stehen dabei ganz am Anfang seiner Ausführungen: Die beiden Kapitel über die Gesundheit kommen gleich nach den Betrachtungen über ein langes Leben und einen schönen physischen Körper. Dem Kapitel über die Krankheit stehen nur Ausführungen über einen hässlichen und schwächlichen Körper voran.

Um seine Argumentation nachvollziehen zu können, sollen zunächst die jeweiligen Kapitel in einer freien modernen Übersetzung präsentiert und einzeln dargestellt werden, bevor sich eine zusammenfassende Betrachtung der beiden zentralen medizintheoretischen Begriffe im heutigen Kontext anschließt.

Kapitel 3 des ersten Buches: Stabile Gesundheit (valetudo corporis)

Freude: Wie kommt es, dass ich so gesund bin?

Vernunft: Was wir über den schönen Körper gesagt haben, kann hier wiederholt werden, und du kannst nochmal darüber nachdenken.

Freude: Mein körperliches Wohlergehen ist beständig.

Vernunft: Warte nur auf das Alter, das mit tausenderlei verschiedenen Gebrechen aufwartet. Mit der Zeit wird auch deine Gesundheit angegriffen und auch das Wohlfühl.

Freude: Ich bin sehr fröhlich über meine körperliche Gesundheit.

Vernunft: Das ist ein unvernünftiger Jubel, der dich unvorsichtig und leicht sorglos werden lässt und damit Krankheit auslösen kann, die sich vermeiden lässt, wenn man sich – seiner Gesundheit misstrauend – achtsam und sorgsam pflegt.

Freude: Ich habe eine gute Gesundheit.

Vernunft: Du solltest sie vor allem gut verwenden, denn sonst ist die Gesundheit ein zweischneidiges Gut, ja sogar ein schweres Übel, insbesondere wenn durch sie mancherlei Schulden verursacht werden. Für viele Menschen war die körperliche Gesundheit gefährlich oder sogar schädlich; sie wären besser krank gewesen.

Freude: Ich bin in bester körperlicher Verfassung.

Vernunft: Das ist schön, fast sogar nützlich, wenn es etwas mit dem Körper oder der Seele zu tun hat. Aber wie auch in den Wurzeln mancher Pflanzen Gift steckt, das durch Mischung mit anderen ungefährlich und als Heilmittel wirken kann, alleine aber Schaden anrichten würde, so steht es auch mit der körperlichen Gesundheit: Damit sie dem Besitzer nicht schadet, muss man sie mit der zugewandten Gesundheit der Seele verbinden. Nirgends wohnt eine schwache Seele schlechter als in einem gesunden Körper.

Die Kürze dieses Kapitels erklärt sich zunächst aus der ersten Antwort der Vernunft. Auf die Frage nach dem Grund der stabilen Gesundheit verweist sie auf das vorherige Kapitel, in dem eine längere Argumentation über einen schönen Körper geführt wurde, die auch auf die Gesundheit zutrifft. Die beiden Hauptaspekte sind dabei die zeitliche Begrenztheit des Physischen (Nur wenn du die Zeit aufhalten könntest, würde die Schönheit von Dauer sein) und seit Platon tradierte Vorrangstellung des Psychischen (Die wahre Schönheit liegt nicht im Körper, sondern im Geist). Der zeitliche Aspekt wird noch einmal in Bezug auf das Alter expliziert, das nach Petrarca nicht ohne Einschränkungen gedacht werden kann. Gesundheit muss aktiv stabilisiert werden und darf nicht als selbstverständlich angenommen werden, so das dritte Argument und der erste aktive Ratschlag; der zweite Ratschlag ist, auf sein Wohlergehen zu achten. Den Abschluss bildet, ähnlich wie beim schönen Körper, der Verweis auf das Psychische, das für einen schönen Körper auch eine adäquate Stärke braucht (der versteckte dritte Ratschlag ist somit: stärke deine Psyche). Ist dieses Gleichgewicht nicht vorhanden, entsteht zwingend Krankheit.

Kapitel 3 des zweiten Buches: Krankheit (adversa valetudo)

Schmerz: Ich bin krank.

Vernunft: Darauf habe ich schon gewartet, denn die Klagen haben etwas gemeinsam. Wenn Geist und Körper einander nicht mögen, dann streiten sie gelegentlich, sodass man als Freund der Wahrheit schließlich erfährt, dass sich in allem Wahrheit ausdrückt. Was dem einen schadet, nützt einem anderen. Wenn der Geist nun edler und besser als der Körper ist, erkennst du leicht, an welchen man sich wenden sollte, und verstehst damit die Krankheit am besten anzupacken.

Schmerz: Mein Vermögen dazu ist schwach.



Francesco Petrarca

© Wikipedia

Vernunft: Die Krankheit ermahnt dich deutlich vor Überheblichkeit, verscheucht die Begierden und lehrt Mäßigkeit.

Schmerz: Mein Körper ist gar nicht gesund.

Vernunft: Wenn es deiner Seele gut geht, dann besinne dich, was der Körper braucht, und du bist wieder gesund.

Schmerz: Mein Körper ist krank und schwach.

Vernunft: Ein schwacher Körper hat Viele zum Heil der Seele geführt. Denke an Petrus: Er ist aufgestiegen, wurde vom Wasser zum Himmel geführt, wurde Träger des Himmelsschlüssels; nur so schafft man es Krankheit und Schwäche des Körpers zu überwinden. Als er gefragt wurde, warum er seine eigene Tochter so schwer erkranken ließ, antwortete er: Die Krankheit nützt ihr, und womöglich nützt sie dir auch.

Schmerz: Ich bin jetzt ganz schön lange krank.

Vernunft: Eben der, von dem ich gerade redete, hat, nachdem er erkannte, dass seine Tochter wirklich geheilt werden wollte, sie nicht nur geheilt, sondern sie auch befähigt, andere Menschen zu heilen. Wenn dir wirklich etwas an deiner Gesundheit läge, würdest du vielleicht genesen. Es ist viel dringlicher, dass du deine Seele behandelst: Diese muss vom obersten Arzt geheilt werden, alles andere kannst du unerschrocken abwarten; achte nicht, wonach dir gelüstet, sondern was dir nützt.

Schmerz: Aber ich fühle mich ängstlich.

Vernunft: Du musst die Vergesslichkeit und den Schlaf vertreiben und die Faulheit!

Schmerz: Ich bin zu schwach zu gesunden.

Vernunft: Freue dich während der Krankheit und wandle es in eine Tugend um. Diese zwei (Freude und Tugend) hast du aus dem Mund eines Meisters gelernt.

Schmerz: Meine Gesundheit ist erbärmlich.

Vernunft: Es ist ein etwas ungehobelter Gefährte, aber doch treu, der dich oft gemahnt, dir den Weg zeigt und dich auf dich selbst besinnen lässt. Bei Gefahr ist das Beste ein treuer Mahner!

Schmerz: Es ist aus mit mir, da helfen auch keine Medikamente mehr.

Vernunft: Schweige und freue dich, dass du an ein baufälliges Irdisches gebunden bist; dann kommst du eher und leichter auch davon los.

Krankheit als Ungleichgewicht von Physischem und Psychischem sollte nach Petrarca immer von der psychischen Seite aus behandelt werden. Die Krankheit dient dabei als Zeichen und hilft, dass psychische Probleme ernst genommen und angegangen werden. In diesem Zusammenhang wird auch der sekundäre Krankheitsgewinn angesprochen und die rhetorische Frage gestellt, ob man denn überhaupt gesund werden will (beziehungsweise kann)? Die Krank-

heit gibt einem die Zeit, an der Psyche zu arbeiten, und erinnert einen immer wieder an diese eigentliche Aufgabe. Fühlt man sich zu schwach, an der Psyche zu arbeiten, sollte man über die Krankheit froh sein, die einen weniger stark an das Physische bindet.

Petrarca setzt dem negativen Bild der physischen Krankheit (ausgedrückt durch den Protagonisten „Schmerz“) eine positive Bedeutung entgegen. Ohne den Arzt und den Versuch einer Bewältigung im Physischen zu nennen, sieht Petrarca die entscheidende Rolle der Krankheit, auf Probleme im Psychischen so lange hinzuweisen, bis diese bearbeitet und gelöst werden. Wird die Krankheit zu früh kuriert (von außen), so kommt bald eine neue, denn die eigentliche Ursache ist noch nicht behoben. Eine physische Behandlung darf somit eigentlich keine Option sein – der Arzt müsste damit seine Rolle grundsätzlich neu überdenken. Petrarca pointiert hier die verbreitete theologische Ansicht von Christus als dem obersten Arzt und Heiler, der ohne physische Rezepturen agierte.

Kapitel 4 des ersten Buches: wiederhergestellte Gesundheit

(de aegritudine corporis – der Titel bezieht sich zunächst auf das Unwohlsein des Körpers; die Freude spezifiziert durch ihre Aussagen, dass das Unwohlsein nicht mehr da ist)

Freude: Wie freue ich mich von der langwierigen Krankheit genesen zu sein.

Vernunft: Du freust dich wohl über die wiederhergestellte Gesundheit mehr als über eine erhaltene! Oh, ihr undankbaren Menschen: Was euch wertvoll ist, erkennt ihr erst, wenn ihr es nicht mehr habt. Ohne das Wertvolle fühlt ihr euch schlecht, und wenn ihr es wieder habt, freut ihr euch.

Freude: Ich bin wieder ohne das schwere Fieber.

Vernunft: Die Ärzte nennen jene die schwersten Fieber, die in den

Beinen und Knochen toben, aber wie viel schwerer sind jene Fieber, die innerhalb der Seele verborgen sind? Ich würde mich freuen, wenn du von diesen befreit wärest.

Freude: Die Krankheit ist von mir weggegangen.

Vernunft: Die durchgemachte Krankheit hat schon oft genützt, denn wie körperliche Schwäche seelische Kräfte freisetzen kann, so kann sie auch schaden und den Körper und die Seele schwächen. Auch wenn eine Krankheit als ein großes Übel angesehen wird, kann sie doch auch positiv ein noch größeres Übel verhindern.

Freude: Jetzt hat auch die lang sich hinziehende Krankheit endlich ein Ende.

Vernunft: Wie dumm, glaubst du dem Tod entronnen zu sein, zu dem du dich kontinuierlich hinbewegst? Jetzt bist du dem Tod sogar näher, als du im Antlitz der Krankheit immer dachtest. Ihr Menschen, euer Weg geht nicht mehr zurück und ihr könnt auch nirgends darauf stehen bleiben: Es gibt dort keine Einkehr und keine Pause. Schlafen, suchen, wachen, arbeiten, ruhen, krank sein und gesund sein – alles führt gleichermaßen in Richtung Tod.

Freude: Ich habe keine lebensgefährliche Krankheit mehr.

Vernunft: Dein Gläubiger vergisst dich nicht: Der Zahltag ist nur verschoben, aber die Rechnung nicht aufgehoben. Du wirst wieder krank werden und sterben.

Hat man eine Krankheit überwunden, gibt es keinen Grund zu Ausgelassenheit und Jubel. Es wird noch einmal auf die positive Bedeutung der Krankheit hingewiesen und gleichzeitig angemahnt, zu überprüfen, ob man seine psychische Seite schon ausreichend behandelt hat. Wenn nicht, wäre es besser, die Krankheit wäre noch da. Getreu der Haltung „aus den Augen, aus dem Sinn“ vergisst man allzu leicht die Arbeit an der Psyche, wenn man nicht krank ist (beziehungsweise man hat nicht genug Zeit für diese Arbeit).

Hat man eine Krankheit überwunden, so bedeutet das nicht zwingend, dass man deswegen weiter vom Sterben und Tod entfernt ist, als mit der Krankheit. Die Richtung des Lebens bleibt die gleiche, ob man gesund oder krank ist. Unter diesem Blickwinkel wird die Bedeutung des momentanen Zustandes zweitrangig.

Petrarcas Begriffe von Gesundheit und Krankheit im heutigen Kontext

Zunächst ist interessant, dass Petrarca bei den Gesprächen über Gesundheit und Krankheit nicht auf die sonst vielgenutzte Argumentation mit historischen Persönlichkeiten und Exempeln zurückgreift (einzig ein theologischer Hinweis bei den Ausführungen über die Krankheit). Die Kapitel sind knapp gehalten – vielleicht, weil spezifischere Zustände von Gesundheit und Krankheit noch gelistet sind und dort jeweils genauer betrachtet werden. Umso beachtenswerter ist es, dass die allgemeinen Begriffe am Anfang aufgeführt und grundsätzlich abgesteckt werden.

Beide Begriffe werden nicht im eigentlichen Sinn definitorisch geklärt. Petrarca reicht für seine Kommentierung eine „common sense“-Vorstellung, da er ja nicht für einen, in welche Richtung auch immer angelegten Spezialisten schreibt. Die heute oft aus einem engeren medizinischen Blickwinkel angebotenen Versuche einer objektivierenden Begriffsbestimmung werden von Petrarca bewusst gegensätzlich als subjektives Befinden eingeführt. Gesundheit und Krankheit sind gefühlte Zustände, die keiner medizinischen Bestätigung bedürfen.

Petrarca unterscheidet interessanter Weise zwischen körperlicher Ge-

sundheit als Fakt und als Basis für sinnvolle Betätigungen; letztere stellen das eigentlich anzustrebende Ziel dar. Gerade auch bei der „wiedergewonnenen Gesundheit“ ist sich Petrarca der schwierigen Abgrenzung zur Krankheit bewusst – ob er jedoch die Friedrich Nietzsche (1844 – 1900) zugesprochene Formel „Gesundheit ist das Maß an Krankheit, das es mir noch erlaubt, meinen wesentlichen Beschäftigungen nachzugehen“ damit bereits intendierte, lässt sich aus den aufgeführten Textstellen alleine nicht klären. Immerhin stellt er das psychisch geführte Wohlergehen nicht in unmittelbare Abhängigkeit von der körperlichen Gesundheit; im Gegenteil führt die Seele den Körper: die Physis ist damit Spiegel der Seele – den Spiegel kann man zwar putzen, aber um das Abbild zu verschönern, muss man kontinuierlich am psychischen „Original“ arbeiten. Somit erklärt sich die aktive, ständig notwendige Pflege der Gesundheit, durch die dennoch altersbedingte körperliche Einschränkungen nicht vollständig vermieden werden können. Petrarca nimmt damit die sozialwissenschaftlich motivierte Gesundheitsdefinition von Hurrelmann (2010) vorweg, der von einem nicht selbstverständlichem Gleichgewichtsstadium spricht, „das zu jedem lebensgeschichtlichen Zeitpunkt immer erneut in Frage gestellt ist“. Krankheit ist für Petrarca ein Missverhältnis zwischen Psyche und Physis. Ohne seine Kritik an der seinerzeit von studierten Ärzten praktizierten Medizin zu nennen, reduziert Petrarca die körperlichen Symptome und damit die medizinische Krankheitslehre auf ein Epiphänomen, das durch entsprechende Behandlungen zwar vorübergehend beseitigt wer-

den kann, das jedoch, wenn es nicht von der seelischen Seite vollständig bearbeitet wurde, mit gleichen oder auch anderen Symptomen wiederkehren wird. Entgegen der zunächst subjektiven Erfahrung von „entweder krank, oder gesund“ versucht Petrarca ein Kontinuum zu skizzieren, bei dem ein gesunder Körper alleine noch nicht im vollen Umfang Gesundheit darstellt. Dieses Modell wird in nahezu allen Konzepten auch heute favorisiert, zum Beispiel in dem salutogenetischen Konzept von Aaron Antonovsky (1923 – 1994). Zusammenfassend zeigt sich Petrarca in seinen Ausführungen gerade heute als aktuell und impulsgebend. Seine psychosomatische Gewichtung im Rahmen von Krankheitsprozessen ist heute zumindest konzeptionell in der universitären Medizin angekommen, wenngleich noch nicht vollständig verstanden und in therapeutische Strategien umgesetzt. Seine Ablehnung der Gesundheit als passives Gut oder als Grundzustand und seine Ermahnung der fortlaufend nötigen Achtsamkeit zum Erhalt der Gesundheit sind Basis heutiger Konzepte – dabei wird jedoch vielleicht noch zu stark die physische Seite betont, obwohl auch spirituelle Aspekte schon wieder hoffähig geworden sind. Petrarca's Ausführungen ermahnen uns, kontinuierlich die für den Menschen typische Fähigkeit der kritischen Selbstreflexion zu üben und den momentanen Zustand nur als Spiegel, nicht aber um seiner selbst willen zu bewerten.

Literatur beim Autor

Prof. Dr. med. Christian Albrecht May
Universitätsklinikum Carl Gustav Carus
Institut für Anatomie
Fiedlerstraße 42, 01307 Dresden