

Eine philosophische Betrachtung - Gesundheit und Krankheit

Gesundheit wird vom Menschen im allgemeinen nicht bewusst erlebt. Sie wird als selbstverständlich empfunden – solange man eben gesund ist. Diese Einstellung ändert sich radikal, wenn an die Stelle der Gesundheit die Krankheit getreten ist, wenn man also die Gesundheit verloren hat. *Seneca* (um 4 v. bis 65 n. Chr.) weist darauf hin, dass drei Dinge in jeder Krankheit für den Menschen beschwerlich sind: die Todesfurcht, der körperliche Schmerz und die Einschränkung der Lebensfreude. Dies trifft fraglos zu, doch kann es sich auch anders ereignen:

Ist man einmal krank geworden, dann lohnt es, darüber nachzudenken, inwieweit diese Situation neben den leidvollen Erfahrungen, die mit einer (schweren) Krankheit naturgemäß verbunden sind, dem Menschen nicht auch zugleich die Chance bietet, sich über das Leben selbst, die eigene Stellung darin in Vergangenheit und Zukunft klar zu werden und neue Lebensentwürfe zu überdenken, beziehungsweise das bisher gelebte Leben überhaupt erst einmal zum Gegenstand der Reflexion zu machen. Folge könnte eine veränderte Lebensgestaltung sein, was möglicherweise auch dazu führen kann, mögliche Ursachen der Erkrankung, soweit sie in der bisherigen Lebensweise lagen, für die Zukunft auszuschließen. Die Krankheit würde quasi als ein Medium von Erkenntnis und Veränderung wirken. *Friedrich Nietzsche* (1844 bis 1900), selbst lange krank und leidend, hat die Krankheit konsequent aus diesem Blickwinkel betrachtet. Er vertrat die Auffassung, das Leben brauche die Krankheit regelrecht als ein Mittel der Erkenntnis. Für *Nietzsche* stand fest, dass schwere Erkrankungen, das Leiden und das Erleiden von Schmerzen das Vertrauen des Menschen zum Leben auf eine äußerst harte Probe stellen oder gar dieses Vertrauen ganz verschwinden lassen. In einer solchen Situation wird das Leben selbst zum Problem. Die Krankheit und damit verbundene Belastungen zwingen dem Menschen eine vollkommen andere als die gewohnte Lebensführung auf und ermöglichen es oftmals, die eigene Existenz mit anderen Augen als bisher zu

betrachten bzw. vielleicht zum ersten Mal **überhaupt** eine Reflexion über sich selber und sein Verhältnis zum Anderen anzustellen:

Die Krankheit lässt das Leben zwar als überaus problembeladen erscheinen, der Verstand gestattet es jedoch im Interesse der Sicherung seine existenziellen Grundlage nicht, dass der Wille zum Leben und zum Erhalt des Körpers negiert wird. Hier kann also eine Kraft entstehen, die den Menschen in die Lage versetzt, das Leben trotz der Krankheit zu bejahen. *Friedhelm Decher* formuliert dazu treffend:

„So manches Vorurteil, das man liebgewonnen hatte, so manche Weltauslegung, der man ungeprüft nachhing, kann sich im Licht solch nüchterner Helle als haltlos erweisen.“

Ist man schließlich durch die Krankheit hindurchgegangen, wird man frei für neue Sichtweisen, Deutungen und Lebensentwürfe. In der Krankheit, so formuliert es *Nietzsche*, war der Geist außer sich. Im Laufe der Genesung kehrt er wieder zu sich selbst zurück – nun aber als ein durch die Erfahrung der Krankheit (im positiven Sinne) veränderter Geist. Allein diese sich wiederherstellende Gesundheit nach Überwindung von Krankheit belegt *Nietzsche* mit dem Prädikat der „großen Gesundheit“, die auf einem langen Weg zu erwerben und immer neu zu behaupten ist. Er wirbt damit vehement für einen Typus Mensch, der die individualistische Lebensentscheidung bejaht und verwirklicht. In *Nietzsches* Perspektive bedeutet dies konkret die Forderung, die eigene Selbstunterschätzung zu beenden und mehr als bisher von sich zu verlangen. Ob ein Mensch die krankheits- oder behandlungsbedingte Anforderung und Belastung bewältigen kann, hängt nicht zuletzt von seinen eigenen Fähigkeiten (Ressourcen) ab. Neben den persönlichen Ressourcen spielt dabei auch die soziale Unterstützung eine große Rolle. Dabei hilft nicht zuletzt das zentrale Anliegen des Vereins „LebensWert“, wonach die Patienten nicht nur „am Leben“, sondern auch „im Leben“ bleiben müssen. Die in diesem Journal vorgestellten Aktivitäten und Aufgaben bieten eine Fülle von Möglichkeiten, den Wiedereintritt „ins Leben“ zu wagen. (Dr. phil. Jürgen Reuter)