



# Leseprobe

Professor Dr. Annelie Keil

## Wenn die Organe ihr Schweigen brechen und die Seele streikt

Krankheit und Gesundheit neu denken

---

Bestellen Sie mit einem Klick für 9,99 €



---

Seiten: 272

Erscheinungstermin: 16. Januar 2017

Mehr Informationen zum Buch gibt es auf

[www.penguinrandomhouse.de](http://www.penguinrandomhouse.de)

# Inhalte

- Buch lesen
- Mehr zum Autor

## Zum Buch

---

Wenn wir eine medizinische Diagnose wie Brustkrebs, Demenz oder Depression erhalten, steht das Leben Kopf und wir vor einem persönlichen Aufruhr. Überfallartig fliegen medizinische Begriffe wie giftige Pfeile durch den Alltag, erzeugen Zweifel, Angst oder innere Betäubung. Auf unterschiedlichste Weise ruft das Leben um Hilfe, stellt Fragen und sucht auf allen Ebenen nach Antworten, die die körperliche, seelische, soziale Dimension des Geschehens verstehbar und aushaltbar machen könnten. Aber der Mensch ist mehr als sein Befund! Nicht die Krankheit als medizinischer Sachverhalt, sondern das Kranksein, das Erleben der Krankheit rütteln den betroffenen Menschen wach. Die renommierte Gesundheitswissenschaftlerin Annelie Keil zeigt uns, wie wir trotz Krankheit ein erfülltes Leben in eigener Verantwortung führen können.



### Autor

## Professor Dr. Annelie Keil

---

Prof. Dr. Annelie Keil, Sozial- und Gesundheitswissenschaftlerin, ist emeritierte Professorin und war Dekanin an der Universität Bremen. Ihre Arbeitsschwerpunkte sind Gesundheitswissenschaft und psychosomatische Krankenforschung, Biografie- und Lebensweltforschung sowie die Arbeit mit Menschen in Lebenskrisen. Umfangreiche Vortragstätigkeit, Radio- und Fernsehsendungen, Autorin mehrerer Bücher.

### *Buch*

Eine medizinische Diagnose wie z. B. Brustkrebs, Demenz oder Depression lässt das Leben Kopf stehen und uns befangen im Zweifel zurück. Wir verspüren Angst oder innere Betäubung. Auf unterschiedlichste Weise ruft das Leben um Hilfe, stellt Fragen und sucht auf allen Ebenen nach Antworten, die die körperliche, seelische, soziale Dimension des Geschehens verstehbar und aushaltbar machen könnten. Aber nicht die Krankheit als medizinischer Sachverhalt, sondern das Kranksein, das Erleben der Krankheit rütteln uns wach, wenn wir von Krankheit betroffen sind. Die renommierte Gesundheitswissenschaftlerin Annelie Keil zeigt uns, wie wir trotz Krankheit ein erfülltes Leben in eigener Verantwortung führen können.

### *Autorin*

Prof. Dr. Annelie Keil, Sozial- und Gesundheitswissenschaftlerin, ist seit 2004 emeritierte Professorin und ehemalige Dekanin an der Universität Bremen. Ihre Arbeitsschwerpunkte sind Gesundheitswissenschaft und psychosomatische Krankenforschung, Biografie- und Lebensweltforschung sowie die Arbeit mit Menschen in Lebenskrisen. Umfangreiche Vortragstätigkeit, Radio- und Fernsehsendungen, ehrenamtliche Mitarbeit in unterschiedlichen psychosozialen und Bildungsprojekten im In- und Ausland; Mitbegründerin des wiss. Weiterbildungsstudiums Palliative Care an der Universität Bremen; Initiatorin, Sponsorin und Mitarbeiterin der internationalen Suppenküche „Gastmahl bei Freundinnen aus aller Welt“; Mitglied im Vorstand der privaten Herz-Kreislauf-Klinik Lauterbacher Mühle; 2004 Bundesverdienstkreuz. Die Autorin hat bereits mehrere Bücher verfasst.

Weitere Informationen unter: <http://www.anneliekeil.de>

Annelie Keil

**Wenn die Organe  
ihr Schweigen brechen  
und die Seele streikt**

Krankheit und Gesundheit  
neu denken

GOLDMANN

# Inhalt

## Einleitung

Vor viertausend Jahren 9

## I. Hauptsache gesund und ohne Befund?

Worum es nicht geht 20

Der neue Verkaufsschlager: Gesundheit als  
Religionsersatz 23

Blauer und bewölkter Himmel 31

Alles ist mit Arbeit verbunden 34

Die Organe wissen, was sie tun 36

Die Kunst, krank zu sein 39

Ein Reiseruf 40

So geht es nicht! 42

Der Körper fühlt, lügt und schwätzt mit 45

Unterwegssein im verletzten Leben des anderen 46

## II. Über den Anfang der Gesundheit im Leben: Offenheit, Überraschung, Koexistenz

Ein Überraschungsei auf Reisen 52

Verabredung mit der Evolution 54

Anfänge wagen: Geschichten aus den ersten Monaten Ihrer Biografie	57
Befruchten und empfangen: Glück ist kein Geschenk	59
Verhakende Umarmung statt feindlicher Übernahme	65
Das Biologische hat ein Subjekt, Gesundheit und Krankheit leben davon	68
Störungen fragen, Krankheit stiftet zu Gesundheit an	70
Lebende Systeme sind offen, Gesundheit überrascht	72
Die Schöpfung ist ein irres Konzept und Gesundheit ein Handwerk	74
Gesundheit als Improvisation in der Zeit	75
Co-Evolution, aktive Selbstintegration und Inklusion – gemeinsam statt einsam	77
Grundprinzipien eines »guten« Lebens	80
Ankunft und Verortung: einnisten und angenommen werden	83
Leben ist Koexistenz: Austausch und Teilen, Geben und Nehmen	88
Wie die Organe wachsen, reifen und sprechen lernen	92
Der Fötus als Lehrling im Budenzauber des Lebens	96
Das biologische Überraschungsei bei der Landung	102
Alles Lernen ist ein Erinnern	107
Geborenwerden als traumatische Erfahrung	110
Ohne Rezept und auf eigene Rechnung: Das Beste gibt es umsonst	112
Erste Lektion im Lehrplan des Lebens: Das Einmaleins der Unberechenbarkeit lernen	114
Zweite Lektion im Lehrplan des Lebens: Die biografische Arbeit tun	124
Dritte Lektion im Lehrplan des Lebens: Dimensionen der Gesundheit lebendig gestalten	126
Gesundheit als Provokation eines hoffenden Lebens, Krankheit als Lebenskritik des leidenden Menschen	132

### III. Der Leib – das Zuhause der Organe, der Seele und der Krankheit

- Die Angst, krank zu werden 135
- Ohne Leib kein Leben 139
- Wie man sich bettet, so liegt man – der Leib als Medium  
der Existenz 142
- Leibliche Existenz und Kultur – Anpassung und  
Widerstand 144
- Körper sein und Körper haben – der Leib als Medium  
des Betroffenseins 147
- Innere Ordnungen und Arbeitsweisen 152
- Warum, wieso, weshalb? 159
- Das Orchester der Organe komponiert und spielt 161
- Die Gestaltssprache der Organe 166
- Biografische Medizin: Krankengeschichten erklären  
den subjektiven Befund 168
- Ein Baum der Erkenntnis 172

### IV. Wenn die Organe ihr Schweigen brechen und eine Krankheit spricht

- Einbruch im Haus der Gesundheit 179
- Der fremde Gast 183
- Gefahr im Verzug – die Fahndung läuft 189
- Brust ab! Entscheidung muss sein 191
- Die Krankheit hat einen Zeugen 194
- Wenn das Fass überläuft: Krankheit als  
Ordnungsverlust 196
- Der Leib – ein mächtiger Gebieter 201
- Wenn die Organe zur Kenntnis geben, wer der  
Gebieter ist 203
- Vorhang auf, Bühne frei 205

Die kranke Seele ist nicht gern gesehen	208
Beim Namen genannt: Diagnosen schlagen zu und ein	210
Der Mensch, ein wandelnder Risikofaktor	215
Die Seile der Erinnerung – hinter der Demenz meldet sich das Leben zu Wort	220
Am Abgrund des Nichtseins und doch da: Würdigung, Toleranz und der Geist der Demut	222
Wenn das Herz streikt: Krankheitsarbeit als Wiederaneignung des Lebens	231
Wenn Arbeit krank macht	240
Sterben muss jeder: Die Macht der sozialen Ängste über Sinn und Bestimmung des Lebens	247
Zu guter Letzt ...	254
Literatur	262
Anmerkungen	266



# Einleitung

## Vor viertausend Jahren...

*Wer hat die beiden Fersen des Menschen geformt? Wer hält sein Fleisch zusammen? Wer hat seine beiden Fußknöchel gemacht? Seine wohlgeformten Finger? Die Öffnungen? Wer hat ihm seinen stabilen Bau gegeben? Womit sind denn die beiden Fußknöchel und die beiden Knie gemacht? Wo sind denn eigentlich die Kniegelenke festgemacht, dass wir sie beugen können? Wer hat sie so festgemacht? Wer versteht das wirklich? Das Gerüst ist an vier Stellen aneinandergefügt, die Gliedmaßen zusammengewachsen, oberhalb der Knie, und doch kann sich der Rumpf biegen dank Gesäß und Oberschenkeln. Wer hat denn das geschaffen, was dem Rumpf Halt gibt? Wie viele und welche Götter haben die Knochen von Brust und Hals zusammengefügt, die Brüste einzeln angemacht? Wie viele haben die Anordnung der Schulterknochen gemacht? Der Rippen? Wer hat die beiden Arme so gefügt, dass sie Heldenhaftes vollbringen können? Welcher Gott hat dann die beiden Schultern auf den Rumpf gesetzt? Wer hat die sieben Öffnungen des Kopfes gemacht, Ohren, Nasenlöcher, Augen, Mund, die den zwei- und vierbeinigen Lebewesen erlauben, sich überall zurechtzufin-*

*den? Zwischen beide Kiefer hat er die vielseitige Zunge gelegt, auf die er nachher das mächtige Wort legte. Er wälzt sich zwischen den Welten, in Wasser gehüllt. Wer versteht das wirklich? Wer war der Gott, der als erster sein Hirn und seine Stirne, seinen Nacken und seinen Schädel schuf? Er stieg in den Himmel, nachdem er die Kieferknochen des Menschen zusammengefügt hatte. Wer ist dieser Gott? Es gibt viele geliebte und viele ungeliebte Dinge, den Schlaf, die Beklemmung und die Niedergeschlagenheit, die Wonnen und die Freuden – wer erlaubt dem Menschen, dem gefürchteten, das alles zu ertragen? Wer gab ihm die vielen verschiedenen und verschieden verlaufenden Launen, die wie mächtige Fluten strömen, rot, kupferrot, rauchfarben im Leibe hochsteigen und ihn durchdringen? Wer hat ihm die Gestalt gegeben, wer die Masse, wer den Namen? Wer hat ihm seine Gangart, sein besonderes Kennzeichen, sein Verhalten gegeben? Wer wob diesen Rhythmus des Ein- und Ausatmens in ihn, wer gab ihm diesen langen Atem? Welcher Gott hauchte so viel in diesen Menschen?*

*(Aus dem Atharvaveda, 2200–1800 v. Chr.)*

Dieser uralte Text aus einer der heiligen Textsammlungen des Hinduismus stellt die ewig aktuellen Grundfragen des Menschseins: »Wie bin ich entstanden? Wer bin ich? Wie funktioniere ich?«

Seit Menschen die Erde bewohnen, singen sie etwas Ähnliches wie das Lied aus der Sesamstraße: »Der, die, das! Wer, wie, was! Wieso, weshalb, warum! Wer nicht fragt, bleibt dumm!« Sie suchen nach Erklärungen, wie das Leben in ihnen und um sie herum und auch ganz nebenbei lebt.

»Wer war das?« ist die Überraschungsfrage schlechthin, wenn man für einen Tatbestand einen Täter braucht oder nach

einem Schuldigen sucht. Das Leben hat immer etwas parat, das man nicht erklären, einordnen oder gerade gebrauchen kann! Es kommt zu früh, zu spät oder gar nicht, geplant oder ungeplant, wie es eben will. Im Fluss des Lebens gibt es keine letzte Antwort. Die Suche geht weiter, weil Leben lebt.

Der alte Text fragt: »Wer hat die sieben Öffnungen des Kopfes gemacht, die den zwei- und vierbeinigen Lebewesen erlauben, sich überall zurechtzufinden?« Für zwei mögliche Antworten wurden 2014 die Nobelpreise für Medizin und Chemie vergeben. Der eine für die Entdeckung der Hirnzellen, die ein Navigationssystem im Kopf bilden, der andere für die Entwicklung eines Supermikroskops, mit dem man beobachten kann, wie Zellen miteinander kommunizieren und wie die Wechselwirkung zwischen Viren und Zellen aussieht, was immer dies für die Entstehung und Behandlung einer Krankheit dann bedeuten mag. Jahrtausende hat es gedauert, um wissenschaftlich eines der innersten Geheimnisse des Lebens abbilden oder dem Navigator des Gehirns zuschauen zu können.

Das umfassende Geheimnis des Lebens liegt immer wieder vor uns und in den Lebewesen selbst und zwingt uns, wie Albert Schweitzer es formulierte, zu einer »Ehrfurcht vor dem Leben«. Die Ethik der Ehrfurcht vor dem Leben bedeutet im allgemeinen Sinne eine stetige rationale Auseinandersetzung mit der Wirklichkeit und dem Leben um einen selbst herum. »Um Lebendes zu erforschen, muss man sich am Leben beteiligen«, heißt es bei dem Arzt und Psychosomatiker Viktor von Weizsäcker. »Leben finden wir als Lebende vor; es entsteht nicht, sondern es ist schon da, es fängt nicht an, denn es hat schon angefangen ... Die Wissenschaft hat mit dem Erwachen des Fragens mitten im Leben angefangen.«<sup>1</sup>

Die Zellen, das Gehirn und der Organismus fragen nicht, ob wir ihre Ordnung, Arbeitsweise und Absichten durchschaut haben, sondern tun ihre Arbeit, kommunizieren miteinander, kommen zu Ergebnissen, manchmal – wie bei der Entstehung

einer Krankheit – auch gegen unseren Willen. Wenn die Organe schweigen oder die Stille mit starken Schmerzen durchbrechen, wissen wir zunächst nicht, was los ist, und müssen herausfinden, worum es geht.

Der Mensch muss sein Leben im aufrechten Gang mit allem, was er seit Geburt im Gepäck hat, gestalten, ausprobieren, Bedürfnisse und Lebensfreude entdecken und zielgerichtet mit Lust auf Zukunft seine Entwicklung vorantreiben. Kinder zeigen uns, wie das geht. Vom Moment der Geburt an sind sie existenziell vom Leben berührt und von Kopf bis Fuß auf Liebe und Leben eingestellt. Ohne Berührung könnten sie nicht überleben, und nur dadurch zieht das Leben mit all seinen Bedeutungen leibhaftig in sie ein, trinkt ihre Seele und bringt ihr Gehirn in unendliche Bewegungen und Vernetzungen. Sie »wissen« als Lebewesen intuitiv, dass sie essen, laufen oder sprechen lernen wollen, bevor sie es auch tun und nachahmend üben! »Alles, was von dieser Welt ist, sehnt sich nach weiteren Berührungen, um stärker und inniger bezogen und damit tiefer gehend selbst zu sein.«<sup>2</sup>

Der Drang kleiner Kinder, die Welt zu erleben und anzufassen, ist unbändig! Als »soziale Frühgeburt« braucht der Mensch vom ersten bis zum letzten Atemzug neben vielfältigem Wissen soziale, emotionale und die Persönlichkeit stärkende Kompetenzen, vor allem aber Lebensbedingungen und Erfahrungen, die kreativen Austausch, Beziehungen, Gemeinschaft und Entwicklung möglich machen.

Dass wir so wenig über das Wunder, die Natur und die Entwicklung unserer leiblichen Existenz, ihre Funktionszusammenhänge, über die Arbeitsweise unseres Denkens und Fühlens oder über unsere Organe, die Wunderwerke der Schöpfung, fühlen und wissen, führt zu einem Wirklichkeitsverlust. Dieser hindert uns daran, die schöpferische Liebe und Berührungskraft des Lebens zwischen Ordnung und Chaos, Kontrollier-

tem und Spontanem sinnlich zu erfahren, zu greifen und als unsere eigene Lebendigkeit zu begreifen.

Menschen brauchen lebenslang – unabhängig von ihrem Geschlecht, ihrem sozialen Hintergrund, ihrer Kultur, Religion oder ihrem Alter – vor allem eine liebende, lebendige, sich selbst übende Praxis der Verbindung zu ihrem und dem Leben der anderen Lebewesen, ob Mensch, Tier oder Pflanze. Nur indem wir leben, uns beteiligen, in Beziehung treten und uns berühren lassen, verstehen wir uns, das Leben und seine Qualität. Die Sehnsucht nach Zukunft ist die Triebkraft, die bis ins Sterben auf Selbst- und Mitgestaltung drängt und alles für möglich hält. Dasein ist Mitsein. Wir wachsen in die Erfüllung hinein, denn Leben lebt über Austausch, Aushandlung, Geben und Nehmen vom Teilen. Die Bestätigung, dass wir als Menschen einander und jeden Einzelnen brauchen, ist die Grundlage jener Hoffnung, dass die Würde des Menschen unantastbar sei. In Bezug darauf aber müssen wir Mensch für Mensch, Kultur für Kultur, Gesellschaft für Gesellschaft im Gespräch bleiben. Wir müssen Bezüge schaffen und Beziehungen gerade dann aufbauen, wenn wir über Gesundheit, Krankheit, Lebenssinn und Lebensqualität sprechen. »Jede Beziehung im Lebensnetz bringt Sinn hervor, weil es für die beteiligten Wesen immer um ihr ganzes Leben geht.«<sup>3</sup> Die Notwendigkeit dieser Lebensvernetzung sitzt uns bereits in jungen Jahren im Nacken. Wir wollen dabei sein, brauchen Freundschaften, sind von der Hoffnung auf Leben angespornt, alles scheint möglich. Die Lebensflamme braucht Zündstoff, Ausbrennen ist eine Gefahr für Leib und Leben. »Das große Geheimnis ist, als unverbrauchter Mensch durchs Leben zu gehen. Wenn die Menschen das würden, was sie mit vierzehn Jahren sind, wie ganz anders wäre die Welt ... Was wir gewöhnlich als Reife an einem Menschen zu sehen bekommen, ist eine resignierte Vernünftigkeit«, formulierte Albert Schweitzer in einer seiner vielen Ansprachen.<sup>4</sup>

Die Kunst, vom Augenblick der Geburt an bis zum letzten Atemzug im konkreten Leben und über alle Zumutungen hinweg relativ wohlbehalten und gesund älter zu werden, ist uns nicht in die Wiege gelegt. Gesundheit und Krankheit sind nicht »angeboren« und einfach da, sondern kontinuierliche Herausforderung, Aufgabe, Übungsfeld und auf der Suche nach Klarheit und Lebenssinn eine Art Meditation. Insbesondere dann, wenn das Leben mit Wendepunkten, dem Streik von Körper und Seele und anderen unerbetenen Vorschlägen für Überraschungen, Unruhe, Chaos und Krisen sorgt, bedarf es der besonderen Kompetenz, dies zu ertragen, sich selbst an die Hand zu nehmen, die unvorhersehbaren Konstellationen und Bedingungen zu integrieren und das Leben im Kontext eigener Fähigkeiten und Schwächen, Wünsche, Bedürfnisse und Enttäuschungen zärtlich, diszipliniert und so gut es geht authentisch weiter zu gestalten. Bei guter Gesundheit möglichst lange ungestört unterwegs zu bleiben ist der Lebenswunsch der meisten Menschen, sozusagen die Präambel ihres Grundgesetzes. Fast niemandem gelingt das ohne Hürdenläufe, Zickzackkurse oder die lebensüblichen Abstürze, für die es keinen Rollator zu kaufen gibt.

Was befähigt einzelne Menschen, sich mit eigenen Wurzeln im Erdreich des Lebens zu verankern und die richtigen Nährstoffe zu finden? Wo finden wir durch alle Lebensphasen hindurch konkrete Anregungen und Hilfen für den Erwerb von Kommunikations- und Kooperationsfähigkeit, von Problemlösungsbereitschaft, Selbstständigkeit, Kreativität, Vertrauen, Partizipations- und Bindungsbereitschaft? Was befähigt ein Kind oder einen alten Menschen tatsächlich, sich in einer globalen schnell wandelnden Gesellschaft zu orientieren? Wie lernt ein Mensch, sich mit anderen auseinanderzusetzen, ohne Gewalt anzuwenden, und wie, sich zu trennen, ohne in die Isolation, die Sucht oder eine andere Krankheit zu geraten? Wie

verbinden sich Weltwissen, Erfahrungswissen, Selbstbildung und Lernen in eigener Regie zu einer praktischen Lebenskunst, die sich aus der Liebe und der Verbundenheit mit allem, was lebt, nährt und Sterben und Tod aus der Gemeinschaft mit dem Leben nicht ausschließt?

Will man Krankheit und Gesundheit »neu«, »anders« oder »umdenken«, muss man sich durch allerlei Verlactes, Verkanntes und Gedachtes durcharbeiten. »Anstrengungen machen gesund und stark«, meinte Martin Luther in seinen Tischreden, aber welche Anstrengungen er gemeint hat, bleibt offen. Arthur Schopenhauers Satz »Gesundheit ist zwar nicht alles, aber ohne Gesundheit ist alles nichts« macht auch nicht unbedingt schlauer, denn es bleibt unklar, was denn dieses »Alles oder Nichts« bezogen auf die Qualität einer Gesundheit aussagt, die sich eindeutig von einer Krankheit abgrenzen will. Der Philosoph fragt, wie viele andere auch, ob denn ein gesunder Bettler nicht glücklicher sei als ein kranker König, weil Gesundheit alle äußeren Güter überwiege, und gibt die Beantwortung wie üblich an uns weiter. »Wer weder raucht noch trinkt, der wird als gesunder Mensch sterben«, sagt man in Georgien, aber was man davon hat, bleibt ungewiss. Der Hinweis »Auch wer gesund stirbt, ist definitiv tot« eignet sich als Slogan für die Rückseite einer Zigarettenpackung, die auf der Vorderseite davor warnt, dass Rauchen tödlich sein kann. »Dass der Gesunde nicht weiß, wie reich er ist, mag stimmen«; dass »kein kranker Mensch die Welt genießt«, wie Goethe meinte, gehört zu den wirksamen, aber trotzdem fragwürdigen Stimmungsbildern über Gesundheit und Krankheit.

Jenseits der Aphorismen, Sprüche und Gedichte als dem Panorama der Alltagsklugheiten zu Gesundheit und Krankheit, die für die persönlichen Wege und Irrwege als Trostpflaster nützlich sein mögen, bleibt für die wissenschaftliche Reflexion zu fragen, warum in der Ideengeschichte und Geschichte der Medizin manche bedeutende Ansicht zum Zusammenhang von

Körper, Geist und Seele nicht nur unterging, sondern bewusst ausgeschlossen wurde. Seit René Descartes hat sich die Ansicht vom »Körper als einer seelenlosen Maschine«, also einem aus reparierbaren Teilen zusammengesetzten Körper, als medizinisches Leitmodell einer ganzen Epoche durchgesetzt. Sie bestimmt weitgehend bis heute das professionelle und öffentliche Verständnis von Gesundheit und Krankheit. Die Tatsache des menschlichen Leibseins als einer integrierten Einheit von Körper, Geist und Seele wurde immer mehr verdeckt, und so ging der Leib als empfindender und empfindlicher »Resonanzkörper«, wie der Psychiater und Philosoph Thomas Fuchs ihn bezeichnet, und durch den wir fühlend und mitdenkend an der Welt teilnehmen, dem Diskurs über Gesundheit und Krankheit verloren.

Um die Folgen dieser Entwicklung soll es in diesem Buch gehen. Statt den erkrankten Menschen als Subjekt des Geschehens in den Mittelpunkt der »Humanmedizin« zu stellen, eroberte die Pathologie der Krankheit die Führungsposition, und der Patient wurde zum »Magen von Zimmer drei«. Das Gehirn übernimmt in den Neurowissenschaften zunehmend die Monopolstellung als Ort des Geistes und soll uns losgelöst vom Körper und von der sinnlich erlebten und gefühlten Welt abstraktes Vertrauen und Selbstbewusstsein vermitteln. Gehirn joggen statt Denken und Fühlen. Die Zeit für ein Umdenken ist längst gekommen, und Thomas Fuchs schreibt auf Einsicht vertrauend in der Einleitung seiner phänomenologischen Anthropologie: »Wir sind keine Engelwesen, sondern wir leben in einem irdischen, verletzlichen und auch sterblichen Leib. Dass wir diesen Leib nicht etwa bedienen wie ein Autofahrer seinen Wagen, und seine Verletzung nicht wie eine Warnanzeige am Armaturenbrett bemerken, dass wir vielmehr ›eng mit ihm verbunden und gleichsam vermischt‹ sind, ja ›mit ihm eine Einheit‹ bilden – dies war auch Descartes durchaus bewusst, wie in seinen Meditationen nachzulesen ist.«<sup>5</sup>



Der große Beurteilungsstreit, der sich durch die Geschichte der Medizin und Heilkunde zieht, ringt mit der Frage, wie Körper, Geist und Seele miteinander kommunizieren, sich mit der Umwelt und ihren Einflüssen auseinandersetzen, was als gesund oder krank gilt, und auf welche Weise die »Selbstheilungskräfte« des Menschen ins Geschehen von Gesundheit und Krankheit eingreifen.

So wie Ebbe und Flut am Meeresufer eine Linie zeichnen, in der sich interessante Dinge ansammeln, so gibt es auch eine Gezeitenlinie zu Gesundheit und Krankheit, in der man den Gedanken, Theorien und Erfahrungen nachspüren kann, die zu ihrem heutigen Bild geführt haben. Diese Linie berichtet durch Jahrhunderte hindurch von Übergängen, Gradunterschieden und Arten des Daseins, die jeweils gestaltend oder gefährdend den menschlichen Lebenslauf durchziehen. Als Ausdruck von individuellen und kollektiven Lebensbewegungen beschreiben Gesundheit und Krankheit Zustände des Lebens und darin ihre historischen und aktuell relevanten Ausdrucksformen wie Umgangsweisen mit ihnen. Krankheiten wie Pest, Tuberkulose, Geschlechtskrankheiten, verschiedene Formen der Sucht, Allergien, AIDS, eine Infektion wie Ebola oder die Zunahme einer Erkrankungsform wie Demenz ordnen sich immer auch als Zeichen der Zeit in die Zeitgeschichte ein, indem sie als soziale Bilder eingefärbt, in Kultur und Gesellschaft öffentlich reflektiert, beurteilt und in Wissenschaft, Literatur, Autobiografien und Kunst verarbeitet werden.

»Zeige deine Wunde« war der Titel einer Installation des Künstlers Joseph Beuys, die als Aktion in einem virtuellen Krankenzimmer Therapie und Heilung thematisierte und danach fragte, wie Gesellschaft und Kultur mit dem Memento mori, mit Krankheit, Schwäche, Alter und Sterblichkeit umgeht. Nur die Wunde oder Krankheit, die man zeigt, kann man heilen, und nur wenn man genau hinhört, kann man einen Ausweg finden. Der Titel des Kunstwerks sollte den Betrach-

tern ihren verwundbaren Punkt, die Endlichkeit ihrer Existenz, vor Augen führen und thematisierte die individuelle Erfahrung der Verdrängung von Leiden als »Todesstarre des Verschweigens« und als Krankheit der Gesellschaft.

Als leibhaftige Erfahrung und eingebunden in die Berührung mit der Welt, sperren sich Gesundheit und Krankheit in ihrer sinnlich-sinnstiftenden Komplexität gegen ein Denken in eindeutigen Definitionen und kausalen Zuschreibungen. Mit dem Titel dieses Buches – »Wenn die Organe ihr Schweigen brechen und die Seele streikt« – geht es um mehr als eine im engen Sinn medizinische Diagnose. Vielmehr geht es um die »Geburt« der Gesundheit aus der »Schwangerschaft« mit dem Leben und, anhand von seelischen und körperlichen Erkrankungen, zusammen mit dem erkrankten Menschen um eine nachdenkliche, biografische Spurensicherung, die uns zu den Innenwelten und Außenbeziehungen von Gesundheit und Krankheit und ihrer subjektiven Gestaltung leitet. Auf diese Weise können gesunde oder erkrankte Menschen wie auch ihre professionellen Begleiter besser verstehen lernen, wie sich die leibliche Existenz und die Erfahrung des Krankseins anfühlen, und was ein Mensch über sich zu berichten weiß, wenn er sagt: »Ich bin erschöpft«, »Ich bin krank«, »Ich habe Angst« oder »Ich kann die Schmerzen nicht mehr aushalten«.

Unsere Leiberfahrung in Gesundheit und Krankheit geht der Erkenntnis des Organismus voraus. Wir spüren, hören, tasten, riechen und sehen, dass etwas nicht stimmt. Erst dann kommt die Spurensicherung der Untersuchung. Frische oder Erschöpfung, Behagen oder Unruhe, Anspannung oder Gelöstheit spüren wir. Schmerzen pochen, wandern, strahlen aus. Gesundsein und Kranksein ist leibliches Erleben, zu dem der Kranke wie der behandelnde Arzt jenseits von Diagnose und Behandlung immer wieder zurückkehren muss. Die Frage, wie es uns geht, ist nur von daher zu beantworten.

Dieses Buch soll kein Klagelied und keine Werbetrommel für Gesundheit und gegen Krankheit sein, sondern eher ein »Reisebericht« über das Reden und Schweigen der Organe, über zufriedene und streikende Seelen, über Leid und Leidenschaft, über Not und Beglückung, über Behinderung und Bestärkung, über Pathos und Pathologie. Es will zu Berichten und Reisenotizen in eigener Sache anregen.

Dass das Buch mit den Spuren, die ich entlang der vielen Fragen des viertausend Jahre alten Sanskrit-Textes gefunden habe, einen Beitrag zur gemeinsamen Besinnung leisten möge, wünsche ich mir, aber auch das Folgende, in den Worten von Rainer Maria Rilke:

*Und ich möchte Sie, so gut ich es kann, bitten, Geduld zu haben gegen alles Ungelöste in Ihrem Herzen und zu versuchen, die Fragen selbst lieb zu haben wie verschlossene Stuben und wie Bücher, die in einer fremden Sprache geschrieben sind. Forschen Sie jetzt nicht nach den Antworten, die Ihnen nicht gegeben werden können, weil Sie sie nicht leben könnten. Und es handelt sich darum, alles zu leben. Leben Sie jetzt die Fragen. Vielleicht leben Sie dann allmählich, ohne es zu merken, eines ferneren Tages in die Antwort hinein.<sup>6</sup>*

# I. Hauptsache gesund und ohne Befund?

## Worum es nicht geht

Wer niest, macht auf sich aufmerksam. Ohne dass eine Frage gestellt wurde, ruft irgendjemand prompt die aufmunternde Antwort: »Gesundheit!« Im Werte-Ranking ist »Gesundheit« auch für die junge Generation die Spitzenreiterin, gefolgt von »Freiheit« und »Erfolg«. Der Beipackzettel für Gesundheit ist kein leichtes Gepäck, aber jeder kennt und hat ihn als innere Stimme im Kopf. Und dann geht es los: Guten Tag! Wie geht's? Die Familie okay? Alles im grünen Bereich? Was sagen die Werte? Was macht das Gewicht? Nicht rauchen, keinen Alkohol, dafür literweise Wasser trinken, weniger und gesund essen, Nahrungsergänzungsmittel nicht vergessen, dreimal die Woche ein Spaziergang, keine unnötige Erregung, cool bleiben und nicht so viel grübeln, Laborwerte und Prognosen im Auge behalten, die richtigen sozialen Kontakte aufbauen und pflegen, verheiratet ist besser als gar nicht, nicht sündigen, Lächeln trainiert bestimmte Muskeln und kann nicht schaden, loslassen üben. Meditation und Gebet sollen gut für die Gesundheit sein und »Organe« beruhigen, wenn diese anfangen zu meckern. Fit und gesund bis hundert, nicht einknicken, mit Rolle vorwärts in den Sarg, Testament und Patientenverfügung unter dem Arm! Auf geht's! Ob dies alles Lebenslust fördert, wer es

überhaupt will und ob man auf diese Weise eher alt aussieht als alt wird, sei dahingestellt.

Gesundheit ist die »Abwesenheit« von Krankheit, so stand es lange in den Lehrbüchern. Die interessierte Sorge galt der Krankheit. Gesundheit wurde zur Leertaste, und die Kurzformel beruhigte mit dem Gefühl, unauffällig, symptomfrei, normal und deshalb auch gesund zu sein. Überprüfbar am Katalog von Normalwerten, erschien Gesundheit mehr oder weniger messbar, und der Mensch war danach medizinisch gesehen »ohne Befund«! Ein leeres Blatt.

Ganz nebenbei war Gesundheit auf ihre somatische Dimension verkürzt worden, die seelische, geistige und soziale Dimension geriet ins Abseits. Sie waren weniger messbar und galten in der Fachsprache als »weiche Daten«, die den harten körperlichen Befunden nicht das Wasser reichen konnten. Das »Schweigen der Organe« nannte der französische Philosoph Paul Valéry (1871–1945) diesen friedlichen Zustand zwischen Innen und Außen.

Umso mehr wurde Krankheit zu einer unberechenbaren Gemeinheit, die man verhindern, schnell in den Griff bekommen und als Fremdkörper mit allen Mitteln bekämpfen sollte. Über sie wird auf vielen Krankenblättern in diagnostischer Geheimsprache über jeden kranken Menschen genau Buch geführt. Eindeutige Klarheit ist verlangt. Entweder man ist gesund, oder man ist krank! Ob der, der krank ist, nicht auch noch gesund ist, oder ob derjenige wirklich gesund ist, bei dem kein »objektiver Befund« vorliegt, steht auf einem anderen Blatt. Ordnung muss sein. Hauptsache gesund! Nur keinen objektiven Befund!

Gesundheit und Krankheit treten vor diesem Hintergrund des Entweder/Oder in ein Überwachungsverhältnis ein, das sie aneinanderkettet. Dem Wunsch, vor allem körperlich gesund zu bleiben, und der daraus folgenden Angst vor Krankheit

wird der »Glaube« gegenübergestellt, dass Krankheit vermeidbar und Gesundheit machbar sei, wenn der Mensch sich beraten lässt, Maßnahmen ergreift und die Regeln einhält, die vor allem die Experten der Medizin aufstellen. Wesentliche Aufgabe der Gesundheitsförderung ist die Abwehr von Risiken, die als Krankheitsgefahren erkannt wurden, durch Verhaltensänderung und die Einhaltung von Regeln.

Um subjektive Befunde, das »Befinden«, um den Sinn der Gesundheit oder den Zusammenhang zwischen Befund und Befinden geht es zunächst nicht. Um die unberechenbaren Eskapaden des Lebens, die Körper, Geist und Seele selten trennt, sondern immer zusammen behelligen, auch nicht. Sie würden das klare Bild nur stören, das besagt: Wer krank wird, hat die medizinische Vorsorge nicht ernst genommen, sich offensichtlich falsch verhalten, etwas übersehen oder den medizinischen Experten nicht zugehört. Es liegt eine Störung vor, die behoben werden muss, damit der normale Lebensbetrieb ungestört weiterlaufen kann. Die Medizin hat dafür Strategien entwickelt und gute Schalthebel in der Hand. Der beste sei Prävention, sagen die Fachleute. Schließlich wisse man, wo die Ursachen für das eine oder andere Problem liegen. Die Erforschung des Organismus und seiner Funktionen gehört zweifellos zu den Siegeszügen der Medizin. Observieren, testen, kontrollieren kann deshalb nicht früh genug beginnen. Wehret den Anfängen!

Leben gefährdet Gesundheit, und deshalb wird diese nicht nur zur Hüterin der Krankheits- und Todesangst, sondern zum Pflegekind, das beschützt, beobachtet und vor allem erzogen werden muss. Im Kontext zunehmender Medizingläubigkeit und wachsender Sicherheitsbedürfnisse wurde der ganze Mensch zum Risikofaktor erklärt und muss nun vor sich selbst und seinen riskanten Verhaltensweisen geschützt werden. Der Mensch als Fehlkonstruktion des Universums, der aufrechte Gang als orthopädisches Desaster! Auf Zigarettenschachteln

klärt man uns über die Endlichkeit auf. »Keine Experimente«, lautete jener politische Slogan, der als vertrauensbildende Maßnahme die kritische Selbstbesinnung zum Risikofaktor der sozialen Gesundheit machte.

Nicht nur rauchen kann tödlich sein! Leben ist es auf jeden Fall, aber das kommt später. Vorher brauchen die Gesundheitskampagnen klare Feindbilder, gegen die sie kämpfen können: Fette, Zigaretten, faule Beine! Das Gesundheitsvolk jubelt über diese Klarstellungen.

Bei allen Miseren, die das Leben umlagern und erschweren, gibt es wenigstens einen erlösenden Glauben: Gesundheit ist machbar, überall zu haben, macht fit, schön, schlank und hält jung, wenn man die richtigen Frischhaltecremes und Salben kauft. »Jeder ist seines Glückes Schmied«, lautet die Devise – vor allem Schmied und Schmiedin seines Körpers, wenn der sich genug einreden lässt. Zur eigenen Verantwortung für ihr Glück durch Gesundheit aufgerufen, inhalieren die Menschen Körper- und andere Bilder über Problemzonen, die wie eine Art Doping wirken und entgegen der individuellen Hoffnung auf maßgeschneiderte Gesundheit schwere Nebenwirkungen wie Essstörungen, missglückte Körpermodifikationen, riskante Schönheitsoperationen und Medikamentensucht nach sich ziehen.

## Der neue Verkaufsschlager: Gesundheit als Religionsersatz

Gesundheit wird als neue »Religion« gefeiert, die dem Diesseits nutzt, das Paradies auf die lange Bank schiebt, sich »positiv denkend« mit geschlossenen Augen im Hier und Jetzt den Realitäten des Lebens entgegenstellt und diejenigen ins Abseits stellt oder wegsperert, die es mit ihren Lebenskrisen und ihrer Fragilität vielleicht nicht so gut geschafft haben. Auffälligkeit, Armut, Gebrechlichkeit und Krankheit stellen das gesellschaft-

