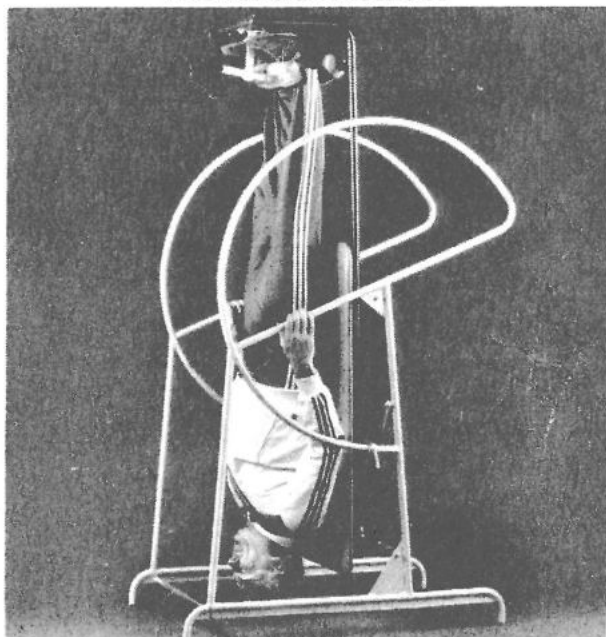


Der tägliche Kopfstand für Gesundheit und Wohlbefinden



Die Extender-Hängeliege ist das ideale Heimtrainingsgerät zur aktiven Mobilisation der Wirbelsäule und der Hüftgelenke.

Eine Wohltat für die Bandscheiben

Wirbelsäule, Bandscheiben Gelenke und Muskeln werden von ihrer tragenden Funktion vollkommen entlastet, können sich entspannen und regenerieren.

Ausführliche Informationen über die Extender-Heimtherapie und das gesamte Hängeliegen-Angebot erhalten Sie kostenlos vom



NEUMOD
Gesundheitscenter
Raiffeisenstraße 30ET

2902 Rastede Tel. 0 44 02/10 21

Andreas Mones

Wie gesund ist Gesundheit – oder: Die Rückseite eines Ideals

Einleitung

Im Moment hat sie wieder Konjunktur, die Gesundheit; und wenn man verschiedenen Umfragen der letzten Jahre glauben darf, so hat sie sie nicht erst seit heute, denn laut Statistik ist Gesundheit regelmäßig das an erster Stelle Begehrte. Dies scheint nun auch nicht weiter verwunderlich und im ersten Zugriff auf das Thema unmittelbar verständlich: Natürlich, wer wollte nicht gesund sein? Also, warum hier noch Fragen stellen?

Es ist doch vielmehr ausdrücklich zu begrüßen, daß kritische Aufklärung dazu geführt hat, Gesundheit zum Gegenstand einer breiten öffentlichen Diskussion zu machen; man ist gesundheitsbewußter geworden, das Nachdenken um gesunde Ernährung, Schadstoffe in den Lebensmitteln, Umweltverschmutzung, die auch in Deutschland anlaufende Anti-Raucher-Bewegung und die Beschäftigung mit Aids liefern ein beredtes Zeugnis davon. Es herrscht Einigkeit in bezug auf das Thema Gesundheit und ihre Gefährdung! Obwohl...so eindeutig und selbstverständlich scheint es doch nicht zu sein. Da trifft man plötzlich Leute, die sich lustig machen über die von ihnen so bezeichneten 'Müslifresser', sieht Aufkleber mit der Botschaft: „Mein Auto fährt auch ohne Wald“. Wie soll man das verstehen? Sind dies womöglich die Ausnahmen, die auf dem Fragebogen Gesundheit an die letzte Stelle setzen? Aber was sind das für Menschen, wollen die nicht gesund sein? Die Verwunderung nimmt zu, wenn man dann Gruppen aneinandergeraten sieht, die

alle vorgeben, die Gesundheit wertzuschätzen; und die Irritation erreicht ihren Höhepunkt angesichts im Zusammenhang mit dem Thema Gesundheit auftretender Begebenheiten: mit Herzinfarkt zusammengebrochene Jogger, wirbelsäulengeschädigte Aerobic-Fans, ausgezehnte Fester, im Zuge der Anti-Raucher-Bewegung verprügelte Raucher, die bayrischen Maßnahmen gegen Aids. Hier rücken zwei miteinander unverträgliche Phänomene in eine solche Nähe, daß... „Aber Halt, Moment mal“, wirft der gesunde Menschenverstand ein, „das ist nun doch was völlig anderes, das ist nicht die Gesundheit, die wir meinen; hier...“ „Entschuldigung“, wagt ein etwas naiver Psychologe zu unterbrechen, „welche Gesundheit meinen wir denn? Und überhaupt, es gibt doch nur eine: *die* Gesundheit.“

Die hier geschilderte Verwirrung wurde zum Anlaß, sich aus psychologischer Sicht einmal genauer mit dem Problem der Gesundheit und der allgemeinen Rede darüber zu befassen. Die vorliegende Arbeit verfolgt dabei zwei Richtungen. Zum einen die Frage nach dem populären Bild von Gesundheit: Was meint man, wenn man von der Gesundheit spricht? Hiervon ausgehend soll dann erörtert werden, ob, und wenn ja, wie der Zusammenhang zwischen Gesundheit und mit ihr offensichtlich unvereinbaren – jedoch gemeinsam auftretenden – Phänomenen zu verstehen ist. Die Grundlage der hier vorgestellten Gedankengänge besteht in der Auswertung eines Fragebogens und der Bearbeitung von Be-

schreibungen und Tiefeninterviews, welche im Rahmen einer Untersuchung unter Leitung von F. W. HEUBACH an der Universität Köln durchgeführt wurden.*

Das Bild der Gesundheit

Eine erste Auffälligkeit, wenn man die Frage nach der Gesundheit stellt, besteht darin, daß es vielen Leuten schwerfällt, diese Frage direkt zu beantworten. Es scheint klar zu sein, was Gesundheit meint, solange man nicht genötigt ist, sie zu charakterisieren; so wird sie häufig im negativen Modus bestimmt, als Abwesenheit von Krankheit. Gesundheit und Krankheit werden dabei gegenübergestellt, die Wertigkeit ist eindeutig verteilt: Gesundheit ist das Gute, Krankheit das Schlechte. Gesundheit ist das selbstverständlich Gegebene, Normale, schlicht Vorhandene, ohne in ihrem Vorhanden-Sein weiter aufzufallen; sie wird nur bei Beeinträchtigung spürbar, rückt erst durch Krankheit in die Anwesenheit, dann aber als Fehlende.

Werden die Befragten nun aufgefordert, Gesundheit positiv zu bestimmen (also nicht als Abwesenheit von Krankheit), ein Bild zu entwerfen und zu konturieren, so erhält man zwar unterschiedliche Antworten, die sich jedoch durch Gemeinsamkeiten auszeichnen, insofern durchgängig Züge von Großartigkeit und Unbedingtheit angesprochen werden. Gesundheit wird mit Gleichgewicht, Geborgenheit, Eins-Sein-mit-sich-selbst, Harmonie zusammengebracht; sie zeigt sich im Bedeutungshorizont des Aus-sich-selbst-heraus-Funktionierens, als Frei-Sein von relativierender Bedingtheit, Differenz und Fehlgehen. Gesundheit wird hier häufig durch exemplarischen Bezug auf die Natur, in ihrer eigengesetzlichen Rhythmik der Wachstumsphasen, ihrer Fähigkeit, Schwankungen und Verände-

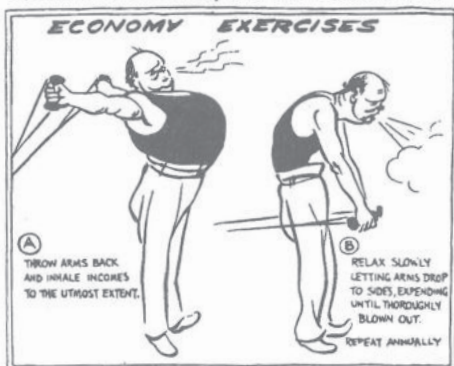
*Bei der Erhebung und Auswertung des Materials haben mitgearbeitet: Ursula Feldmann, Petra Jagow, Bernadette Menacher, Christel Scholz, Ulrike Steppat, Sebastian Leikert, Jürgen Luikh und Axel Thomas.

rungen aus sich selbst heraus zu regulieren und zu korrigieren, veranschaulicht.

Egal in welchen Worten dies geschieht, oder ob anhand anderer Vergleiche versucht wird, 'Gesundheit' näher zu bestimmen, immer stehen Züge des Autonom-Zirkulären im Vordergrund, geht es um etwas eigentümlich Rundes, In-sich-ruhend-Gefestigtes. Und das scheint sie wohl zu sein, die Gesundheit, die wir meinen.

Doch dieses hehre Bild von ihr läßt sich nicht allzu lange aufrecht erhalten; es sind das lediglich die ersten Antworten, die man erhält, wenn die Leute gebeten werden, einfach zu erzählen, was ihnen zu 'Gesundheit' einfällt. Gesundheit als Sache über die man spricht, ist dann Gegenstand der Aussage.

Aufgrund der inneren Logik des Themas 'Gesundheit', die sich im weiteren Verlauf der Befragung zu entfalten beginnt, wird daraus jedoch ein Verhältnis: 'Ich und die Gesundheit'; Gesundheit zeigt sich als notwendig in einen Handlungskontext eingebettet, sie ist nicht einfach da, als idealer Zustand des vegetativen Aus-sich-selbst-Heraus, man muß etwas für sie tun. Aufgrund dieses Tatbestandes werden im Zusammenhang mit Gesundheit auf einmal Forderungen, Arbeit, Disziplin, Mühsal etc. zum Thema. Das oben geschilderte Bild bekommt erste Risse, und die vorher eindeu-





tig positive Bewertung wird für viele zumindest fragwürdig, für manche gar zweifelhaft, andere wiederum halten unbeirrt daran fest.

Durch den zu leistenden Herstellungsaufwand bleibt das Verhältnis zur Gesundheit jedenfalls kein ungetrübtes; war zu Anfang Gesundheit – als Sache über die man spricht – noch synonym mit Leben, Freude, allem Guten dieser Welt, so wird sie jetzt nicht selten einem sinnenfrohen und genußreichen Leben als dessen Widerpart entgegengesetzt. Was man nun für die Gesundheit tun oder auch lassen kann, welche Verhältnisse zu ihr sich jeweils ausbilden und wie die Tatsache eines zu leistenden Herstellungsaufwandes bearbeitet wird, läßt sich in einer Reihenbildung anhand dreier Umgangsformen typisierend herausstellen.

Es sei an dieser Stelle ausdrücklich betont, daß es sich dabei um idealtypische Fiktionen handelt; die de facto wesentlich komplexeren Phänomene werden aus Gründen der Darstellbarkeit personifiziert und zur Verdeutlichung etwas überzeichnet.

a) Der Verrechnungsstrategie

Eine erste Möglichkeit besteht darin, daß den Forderungen der Gesundheit die des Genießen-Wollens explizit gegenübergestellt werden. Der Herstellungsaufwand wird als Notwendigkeit gesehen, führt aber dazu, die Gesundheit in ein doppeltes Licht zu rücken, denn das Leben hat ja noch anderes zu bieten, was, durchaus verlockend, nicht unbedingt mit der Gesundheit vereinbar ist. So wird beiden Seiten eine Berechtigung zugebilligt, und es geht nun darum, sie auszubalancieren und mehr oder weniger im Gleichgewicht zu hal-

ten. Diese Bewegung organisiert sich im Sinne einer Verrechnungslogik: Man tut das, was einem Spaß macht, auch wenn es schädlich ist; durch diese Grenzübertretung schuldig geworden, wird ein Buß- oder Reinigungsakt auf sich genommen, indem den Forderungen der anderen Seite verstärkt Rechnung getragen wird. Fasten nach Freß-Orgien, vorübergehende Einstellung oder Senkung des Alko-

man zuviel Rücksicht auf die Gesundheit, wird befürchtet, etwas vom Leben zu verpassen; im umgekehrten Fall taucht die bange Frage auf, ob man sich womöglich nicht doch zu stark gefährde. Als Entscheidungskriterium dient hier meist der Bezug auf die Befindlichkeit des Körpers oder sonstwie geartete Kriterien des Zurechtkommens mit sich und der Welt. Wird dann aufgrund von Überschreitung eines tolerierten Grenzwertes – der individuell sehr verschieden hoch bzw. niedrig angesetzt sein kann – Alarm gegeben, kommt es zur ausgleichenden Gegenbewegung, wobei betont werden muß, daß dies auch gilt, wenn man findet, zuviel auf die Forderungen der Gesundheit eingegangen zu sein, und sich mal wieder richtig etwas gönnen will.

Egal wie unterschiedlich dies alles sich im konkreten Einzelfall gestalten mag, das Prinzip ist das nämliche: Beiden Seiten wird eine Berechtigung zuerkannt, und mal befinden sich die Ansprüche der Gesundheit und ihre Befolgung im Status des angemessenen Umgangs mit sich und der Welt, mal ist das Gegenteil der Fall, und das Ganze gerät zu einer Einschränkung, Behinderung eines lustbetonten Lebens, je nachdem, in welcher Phase der Verrechnung man sich gerade bewegt. Dieser Lösungsversuch des Verhältnisses von 'Ich und die Gesundheit' entfaltet sich nun nach beiden Extremen hin.

b) Der Gesundheitsapostel

Diese extremisierte Umgangsform zeichnet sich dadurch aus, daß zwar die beiden Seiten Gesundheit und genußreiches Leben als einander widersprechend gegenübergestellt werden, sie aber ihre Gleichwertigkeit verlieren. Gesundheit wird als eindeutiges Positivum gesetzt, und der Herstellungsaufwand ist nicht mehr ein mit ihr unausweichbar verbundenes Übel, das man notgedrungen oder freiwillig anerkennt, von welchem man sich aber auch zuzeiten befreit, indem man auf die andere Seite überwechselt, sondern wird ausdrück-

hol- und Zigarettenkonsums nach durchgemachten Nächten, sportliche Aktivitäten nach einer längeren Zeit des Sich-hängen-Lassens sind deutliche Veranschaulichungen des Gesagten, aber auch in kaum auffallenden Nebensächlichkeiten, wie dem obligatorischen Zähneputzen nach dem Verzehr einer Tafel Schokolade, zeigt sich die dargelegte Logik.

Eine gewisse Unbehaglichkeit bleibt, egal welche Seite nun stärker akzentuiert wird; nimmt

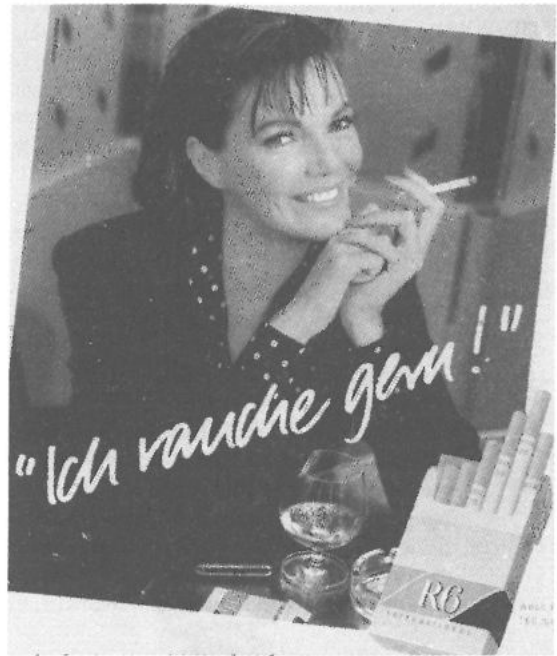


lich ins Programm übernommen, denn zu einem solchen ist hier Gesundheit geworden. Ihre Forderungen werden uneingeschränkt und entschieden vertreten; in dieser Gruppe finden sich die engagiertesten Verfechter des Vegetarismus und der Ernährung aus dem biodynamischen Eigenanbau, die lautstärksten Befürworter von Tempolimit 100 und Anti-Raucher-Kampagne; auch sportliche Aktivitäten wie Jogging und Radfahren spielen eine nicht unwesentliche Rolle, jedoch nicht als ungezwungene Freizeitgestaltung, sondern als Bekenntnis. Es kommt zu keinem alternierenden Spiel der beiden Seiten Gesundheit und Genießen; das letztere ist ausschließlich negativ besetzt, wird als Gefährdung angesehen und gilt als Ort der lockenden Versuchung. Gegen diese sucht man sich zu wappnen, indem man sich in vorbeugender Absicht immer wieder auf den Vorteil des eigenen Standpunktes einschwört; ein probates Hilfsmittel liefern dabei unter anderem die von wissenschaftlichen Kompetenzen erstellten Statistiken über die erheblich gesenkte Lebenserwartung, z.B. von Rauchern und Allesfressern. Überhaupt zeigt sich dieser Typus als erstaunlich gut informiert über die allgemeine Bedrohung der Gesundheit: die aktuellen Becquerel-Werte von verstrahltem Obst und Gemüse, Art und Grad der Verseuchung von Grundwasser und Muttermilch sind Gegenstand der interessiertesten, obschon entrüsteten Kenntnisnahme und Beschäftigung. In der Logik dieser Umgangsform liegt zudem eine verstärkte Öffentlichkeitsarbeit, die nicht selten messianische Züge trägt und des öfteren Anlaß zu heftigster Auseinandersetzung mit Andersdenkenden gibt, welche als Noch-Verblendete Objekt der Bekehrungsversuche, bei Verweigerung Objekt der Bekämpfung sind.

c) Der Vitalriese

Diese, am anderen Ende der Reihe stehende Umgangsform, zeichnet sich durch demonstrierte Gleichgültigkeit, das Thema Gesundheit betreffend, aus. Die Opposition von Ge-

sundheit und Genuß ist hier zugunsten des letzteren aufgehoben; Gesundheit wird definiert als das Frei-Sein von der Sorge um die Gesundheit. Damit ist zugleich der zu leistende Herstellungsaufwand als Notwendigkeit ausgesetzt, denn Etwas-für-die-Gesundheit-Tun gilt – mitleidig belächelt – als inferiorer Modus weiblich-verzärtelter Prägung im Verhältnis zur Gesundheit. So finden sich



in dieser Gruppe die größten Spötter über die, von ihnen so bezeichneten 'Körnerfresser' und 'Vitamin-C-Apostel'; kein erhebenderes Vergnügen für sie, dem Scheitern der gesundheitlichen Bemühungen der anderen beizuwohnen.

Doch nicht nur Nichts-für-die-Gesundheit-Tun gilt diesem Typus als eigentliche Weise des Umgangs mit ihr, es geht in erster Linie um eine betonte Herausstellung ständig vollzogener Selbstschädigung: erst im Aufspiel-Setzen der Gesundheit zeigt sich die

wahre Souveränität. Das, was hier der Gesundheit gegenübergestellt wird, verliert somit die Bedeutung von gesteigerter Lebensqualität und Genießen-Wollen; vielmehr werden der Konsum besonders starker Zigaretten, die Portion verstrahlten Salats zur Zeit der Tschernobyl-Katastrophe und ähnlich gelagerte Handlungen zum Ausweis einer robusten Unverwüstlichkeit. Die Wichtigkeit der anderen, die einen bei solchen Aktivitäten beobachten, denen man in Gesprächen, mit unverhohlenem Stolz und in Kontrastierung zu ihrer eigenen Besorgnis, von diesen heroischen Taten erzählen kann, ist jedoch ein Hinweis darauf, daß hier noch anderes im Spiele ist und verhandelt wird.

Soweit die typisierende Darstellung von drei möglichen Bearbeitungsformen des Verhältnisses zur Gesundheit. Hiermit dürfte eine erste Antwort auf die eingangs geschilderte Verwirrung erfolgt sein: Die als fehlend beklagte Eindeutigkeit im Thema Gesundheit erklärt sich aus der Tatsache, daß man zu ihr und den mit ihr verbundenen Schwierigkeiten unterschiedlich Stellung beziehen kann. Hier gilt es nun weiterzufragen und die in den Beschreibungen der Typen angedeuteten Probleme explizit herauszurücken und ihnen einen systematischen Ort im Gefüge des Verhältnisses 'Ich und die Gesundheit' zuzuweisen.

Entzweigung und Vergeblichkeit

Die Tatsache, zur Gesundheit immer nur ein Verhältnis, eine Beziehung haben zu können, heißt zunächst einmal, daß 'Gesundheit' und 'Ich' nicht zusammenfallen; dies zeigt sich in der Notwendigkeit eines zu leistenden Herstellungsaufwandes: 'Ich' muß sich um die Gesundheit bemühen, etwas für sie tun. Die Forderungen, die damit verbunden sind, geraten nun aber in Widerspruch zu Forderungen, die ein genuß- und lustbetontes Leben stellt. Da dieser Widerspruch nicht aufzuheben ist und beide Seiten zugleich wirksam – weil als Möglichkeit gegeben – sind, sehen wir als ein

erstes Grundproblem im Thema Gesundheit eine strukturell notwendige Entzweigung: weder sind 'Ich' und Gesundheit eins, noch ist es 'Ich' mit sich im Verhältnis zu ihr; denn Gesundheit wollend, will 'Ich' sie nicht, da 'Ich' auch anderes will, was im Verfolg von Gesundheit verboten ist. Anders gesagt: 'Ich' sind im Verhältnis zur Gesundheit immer zwei.

Bei dem als 'Verrechnungslogiker' bezeichneten Typus wird dies deutlich sichtbar, da beiden Seiten eine Existenz und Berechtigung zugesprochen wird; sie (die Entzweigung) strukturiert hier das Verhältnis zur Gesundheit als ein Gedoppeltes: 'Ich' im Verfolg der Gesundheit und 'Ich' im Verfolg des Genusses alternieren als Möglichkeiten der Beziehung. Die beiden Extremformen versuchen demgegenüber, die jeweils andere Seite als Möglichkeit der Wahl zu negieren:

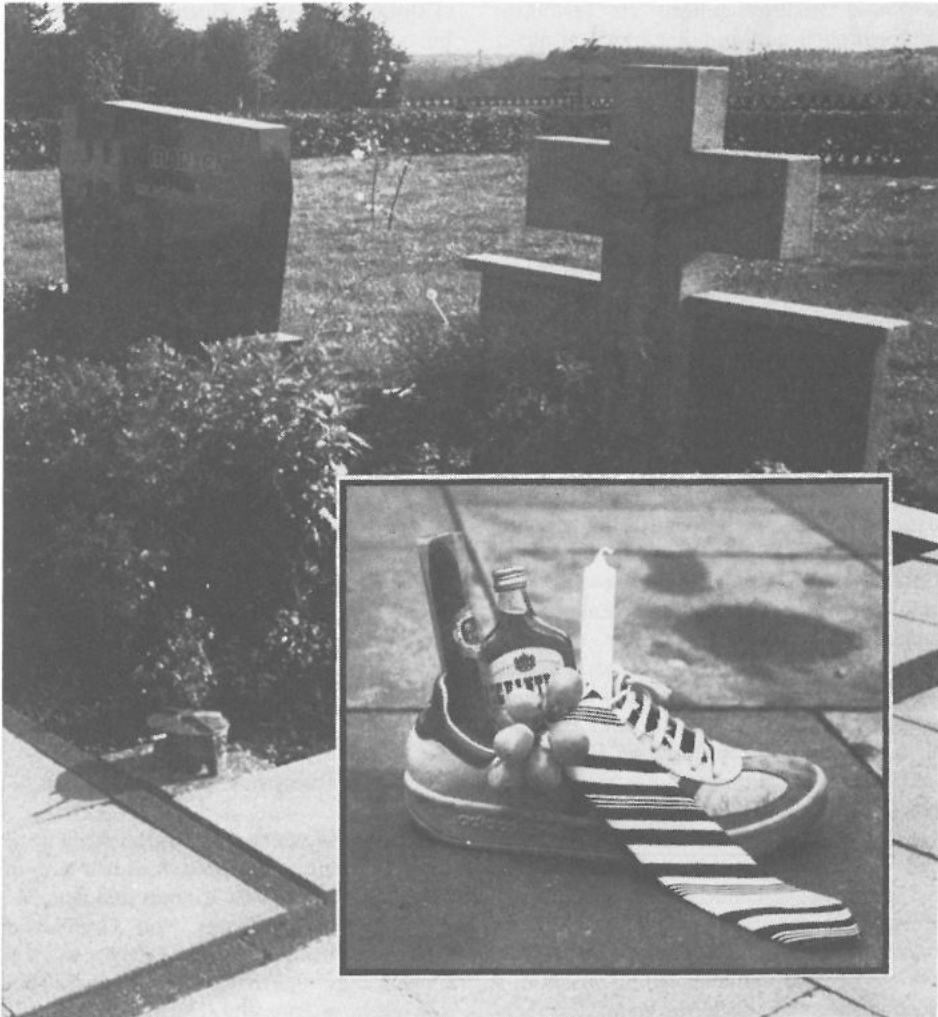
Für den 'Gesundheitsapostel' ist der Genuß, für den 'Vitalriesen' die Sorge um die Gesundheit vorgeblich kein Thema. Doch das Verhältnis von 'Ich und die Gesundheit' vereindeutigt sich nur scheinbar; die Tatsache der Entzweigung, die Wirksamkeit der Gegen-Seite zeigt sich beim einen darin, daß sie als Versuchung bekämpft werden muß, beim anderen verweist die demonstrierte Gleichgültigkeit, das permanente Betonen derselben auf die Virulenz des Weggehaltenen.

Daß 'Ich' im Verhältnis zur Gesundheit immer zwei sind, leitet zu einem anderen Grundproblem, dem der strukturell notwendigen Vergeblichkeit, über; strukturell notwendig meint, daß sowohl Entzweigung als auch Vergeblichkeit aus der immanenten Logik des Themas Gesundheit selbst erwachsen und nicht Ergebnis einer falschen Haltung, fehlender Mittel oder sonstwelcher korrigierbarer Defizite sind. Der Tatbestand der Vergeblichkeit soll im folgenden unter vier Aspekten betrachtet werden.

a) Schwäche den eigenen Setzungen gegenüber

Diese Art der Vergeblichkeit steht – wie oben angedeutet – in engem Zusammenhang mit der zuvor dargelegten Entzweiung. Das Bemühen um die Realisierung von Gesundheit beinhaltet ein regulierendes System von Setzungen, durch welche das Universum der möglichen Tätigkeiten in erlaubte und verbotene, in der Gesundheit zu- bzw. abträgliche

eingeteilt wird. Diese Kategorisierung entspricht der Zweiteilung des 'Ich' im Verhältnis zur Gesundheit; die Vergeblichkeit besteht darin, daß die im Namen der Forderungen der Gesundheit ausgeschlossene Seite wirksam bleibt und mitunter handlungsrelevant wird: Da wird einem der Verzicht auf Süßigkeiten oder Zigaretten doch zu schwer, die Versprechungen des morgendlichen Dauerlaufs fallen einem nach drei Wochen schon nicht mehr



ein, und das Fahrrad ist angesichts der herrschenden Wetterlage in Deutschland selbst auf Kurzstrecken keine Alternative zum eigenen Auto. Diese Reihe deprimierender oder mit lächelndem Achselzucken zur Kenntnis genommener Erfahrungen des Scheiterns im Bemühen um die Gesundheit ließe sich beliebig fortsetzen; ihre Vielfalt, aber auch die oft platten, manchmal jedoch in ihrer bizarren Logik verblüffenden und angenehm überraschenden Rechtfertigungen zu verfolgen, wäre lehrreich und amüsant, muß an dieser Stelle allerdings unterbleiben.

Das Verfehlen der eigenen Setzungen oder überhaupt die Strenge derselben bekommt von den drei Umgangsformen her natürlich einen jeweilig anderen Stellenwert. Je weniger Raum der anderen Seite – der des lustbetonten Lebens – gegeben wird, desto schwerwiegender wird das Erlebnis des Scheiterns, und beim 'Vitalriesen' zeigt sich das Problem mit umgedrehtem Vorzeichen: hier sind kleinliche Sorgen um die eigene Gesundheit der Modus des Verfehlens.

b) Verkehrung in der Extremisierung

Dieser Aspekt der Vergeblichkeit bezieht sich darauf, daß der zu leistende Herstellungsaufwand und andere, mit den Forderungen der Gesundheit verbundene Notwendigkeiten, eine Welt der wachsenden Einschränkung, des zunehmenden Verzichts bedeuten, es immer mehr Betreten-Verboten-Schilder als gangbare Wege gibt, je entschiedener Gesundheit angestrebt wird. Diese Bewegung kann sich nun soweit steigern, daß am Ende der Gesundheit abträgliche Verrichtungen vollzogen werden, obwohl doch ursprünglich die Realisierung von Gesundheit intendiert war. Diese Verkehrung ins Gegenteil wird illustriert durch die in der Einleitung geschilderten Beispiele des mit Herzinfarkt zusammengebrochenen Joggers oder wirbelsäulengeschädigten Aerobic-Fans, die – zugegebenermaßen etwas plakativ – dennoch das Wesentliche des gemeinten Sach-

verhaltes treffen, daß nämlich, je radikaler die Bemühungen um die Gesundheit werden, man sich letztendlich schädigt und sich immer weiter von ihr entfernt. In dieser Gefahr steht verständlicherweise hauptsächlich der 'Gesundheitsapostel'; für die beiden anderen ist dies ein Argument, mal wieder die Seite zu wechseln oder die Forderungen der Gesundheit von vornherein abzulehnen.

c) Unmöglichkeit der Orientierung

Ein weiterer Aspekt der Vergeblichkeit zeigt sich angesichts des Phänomens, daß es oftmals gar nicht so eindeutig ist, was denn nun im Dienste der Gesundheit steht und was ihr schadet. Hier gerät das regulierende System von Setzungen des Erlaubten und Verbotenen nicht selten völlig ins Schwanken; man sucht sich zwar durch Bezugnahme auf wissenschaftlich beglaubigte Mitteilungen Entscheidungshilfe zu geben, muß aber irritiert feststellen, daß auch unter den Experten keine Einigkeit herrscht. Da preist „Brigitte“ eine neue ungefährliche Diät an, und einen Monat später liest man zum eigenen Entsetzen im „Echo der Frau“ eine ausführliche Darstellung über die gesundheitsschädlichen Nebenwirkungen derselben; auch die wissenschaftlich festgesetzten Toleranzgrenzen der Schadstoffe und ihre tatsächlichen Werte in Nahrung, Grundwasser und Luft entziehen sich sowohl der unmittelbaren Überprüfbarkeit als auch der eigenen Entscheidbarkeit, was ihre Gefährlichkeit anbelangt, und lassen die ganze Angelegenheit eher zu einer des guten Glaubens werden.

d) Unmöglichkeit von Verfügbarkeit und Sicherheit

Ein letztes Moment der Vergeblichkeit wird deutlich, wenn, ausgehend von dem soeben Gesagten, in den Blick kommt, daß dem Bemühen um Realisierung von Gesundheit Grenzen gezogen sind, die jenseits der eigenen Einwirkungsmöglichkeiten liegen, da ihre Bedingungen externe sind. Noch so viel für die

Gesundheit machend, besteht die Möglichkeit einer unvorhergesehenen Erkrankung; ihre Forderungen noch so strikt erfüllend, besitzt man keinerlei Erfolgsgarantie; und auch Luftverschmutzung, Grundwasser- und Nahrungsverseuchung sind Phänomene, die die eigene Position als eine der Ohnmacht kennzeichnen. Eine letzte Radikalisierung erfährt dieses Verhältnis in der Tatsache der eigenen Endlichkeit; der Tod ist die deutlichste Zuspitzung des unabweisbaren 'Umsonst'.

Der Aufweis von Entzweiung und Vergeblichkeit als notwendiger Strukturzüge im Verhältnis von 'Ich und die Gesundheit' ermöglicht es jetzt, die Klärung noch offen gebliebener Fragen in Angriff zu nehmen, denn da die herausgestellten Typen Bearbeitungen dieses Verhältnisses sind, sind sie zugleich Bearbeitungen der Entzweiung und Vergeblichkeit.

Gesundheit und Gewalt

Der bisher entwickelte Gedankengang läßt sich wie folgt zusammenfassen: Das positive Bild der Gesundheit hängt mit dem Umstand zusammen, daß anfänglich Gesundheit als Sache über die man spricht, Gegenstand der Rede ist; sobald hieraus das Verhältnis 'Ich und die Gesundheit' wird, ergeben sich die aufgezeigten Probleme, die sich in den als Entzweiung und Vergeblichkeit bezeichneten Strukturzügen verdichten. Es wurde gesagt, daß die drei Typen Bearbeitungsmöglichkeiten dieses Verhältnisses und damit zugleich von Entzweiung und Vergeblichkeit darstellen. Es stellt sich nun die Frage, ob sich daraus ein Zusammenhang zwischen Gesundheit und ihr offensichtlich widersprechenden – jedoch mit ihr gemeinsam auftretenden – Phänomenen ableiten läßt. Dieselben zeichnen sich dadurch aus, daß eindeutige Züge von Gewalt – gegen sich oder andere gerichtet – unübersehbar sind, so daß sich die Frage auch folgendermaßen formulieren läßt: Hat, und wenn ja, was hat Gesundheit mit Gewalt zu tun?

Unsere hier vertretene These behauptet zunächst einmal, daß Entzweiung und Vergeblichkeit die Bedingungen der Möglichkeit von Gewalt sind; dies bedeutet, da es sich – wie oben aufgezeigt – um strukturelle Notwendigkeiten handelt, daß das Phänomen der Gewalt dem Thema Gesundheit inhärent ist, daß, sobald Gesundheit zum Gegenstand der Bemühungen wird, Gewalt immer mit im Spiel ist und sich nicht von außen der Gesundheit zur Durchsetzung ihrer niederen Zwecke bemächtigt. Also: Weder der sich für die Gesundheit peinigende Jogger, noch der im Namen der Gesundheit Raucher verprügelnde Mitmensch vergewaltigen die eigentlich unschuldige Gesundheit, sondern diese selbst, in ihrer immanenten Dialektik, zeitigt solche Begebenheiten. Diese Unverschämtheit gilt es im weiteren näher zu erläutern, argumentativ zu entwickeln und abzuleiten.

Eine erste Annäherung ergibt sich über die Betrachtung des zu leistenden Herstellungsaufwandes; hier deuten sich Züge der Gewalt bereits an, denn insofern man etwas für die Gesundheit tut, Strapazen auf sich nimmt, sich einschränkt, Verzicht leistet und gemäß den Forderungen der Gesundheit eine verbotene Welt herstellt und ausschließt, wendet man Gewalt an. Die Frage, ob die bloße Tatbeständigkeit der Strapaze und des Verzichts schon als Gewalt betrachtet werden kann, ist müßig und zudem irrelevant; es soll hier lediglich die Dimension der Möglichkeit von Gewalt als eine im Thema Gesundheit selbst liegende aufgewiesen werden, um alle Zwischenstufen, bis hin zu Phänomenen der massiven Schädigung seiner selbst oder anderer im Verfolg von Gesundheit, als aus der gleichen Problematik erwachsend abzuleiten.

Das Bemühen um die Gesundheit wird nun von Entzweiung und Vergeblichkeit ständig überschattet; es würde eine schier unerträgliche Dissonanz im Seelenhaushalt erzeugen, wenn nicht beide auf jeweilige Art durch die

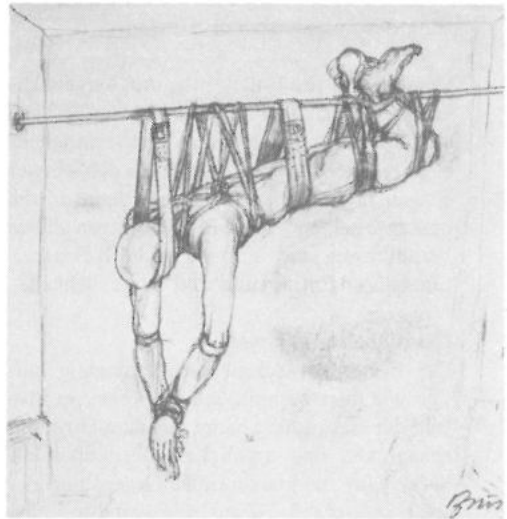
drei herausgestellten Typen bearbeitet würden. An dieser Stelle wird der innere Riß sichtbar, der erst erlaubt, den Ort der Gewalt im Thema Gesundheit angemessen zu situieren: Sie erweist sich als Mittel im Versuch einer Lösung der genannten Probleme und steht im Zusammenhang mit einer angestrebten Aufhebung der Entzweiung und dem Weghalten der Vergeblichkeit, um so die drohende Dissonanz abzuwehren, den Riß zu kitten; und sie wird verstärkt entbunden, wenn jeweilige Ereignisse Entzweiung und Vergeblichkeit in den Blick und damit das Abdichtungswerk in Gefahr bringen. Vor diesem Hintergrund lassen sich viele – anfangs unverständliche – Begebenheiten im Zusammenhang mit Gesundheit als Bearbeitung von Entzweiung und Vergeblichkeit mit Hilfe von Gewalt einordnen.

So versucht der 'Gesundheitsapostel' die Entzweiung auszuschalten, wenn er die Gegenseite – den Genuß – nicht zum Zuge kommen läßt, doch als verlockendes Angebot bleibt sie weiter virulent, wird oft auch als eigene Tendenz verspürt; dieser andere, zu dem man 'Ich' sagen müßte, aber nicht will oder kann, wird dann als der 'innere Schweinehund' bekämpft und zu vernichten getrachtet. So entfaltet sich ein rigides System der gewaltsamen Versagung und Knechtung; im Falle der Übertretung von Verboten aufgrund der eigenen Schwäche, was einen Sieg für den 'inneren Schweinehund' bedeutet, kommt es zu züchtigen Selbstbestrafungen, um sich wieder zur Raison zu rufen.

Dieses Gefüge von Untersagung, Forderung und Bestrafung beinhaltet eine immanente Steigerungslogik: Da die Entzweiung ausgeschaltet, die Vergeblichkeit weggehalten werden soll, kann und darf das Problem nur darin bestehen, daß man noch nicht genug tut, sich noch zuviel gönnt; die Gesundheits-Schraube wird so immer fester angezogen, die Spielräume werden zunehmend enger, die

Verbote strikter, die Anforderungen höher, die Bestrafungen härter. Aus dem Etwas-für-die-Gesundheit-Tun wird immer mehr ein Sich-Antun-im-Namen-der-Gesundheit.

Die hier geschilderten Schwierigkeiten mit der Gesundheit, der aufkommende Ekel vor sich selbst, wenn man wieder einmal schwach ge-



worden ist und gesündigt hat, der Haß auf 'diesen anderen' in sich, den man am liebsten ausmerzen würde, strukturieren natürlich auch das Verhältnis zu den Mitmenschen. Als Mitstreiter und Verfechter der eigenen Sache sind sie eine wertvolle Stütze, ein hilfreicher Beistand in den Stunden der größten Versuchung; sofern sie jedoch auf der Gegenseite stehen, durch ihr Tun bzw. Lassen die eigenen unerwünschten Bestrebungen und damit Entzweiung aktualisieren, sind sie Objekt der oft penetrantesten Bekehrungsversuche und manchmal sogar das Opfer massiver Gewaltanwendung, wobei man das erstere durchaus schon als Akt der Gewalt sehen kann; in den anderen bekämpft man, was Versuchung in einem selber ist.

Dieser Mechanismus der Auslagerung hat Entlastungsfunktion und zeigt sich noch aus einem anderen Blickwinkel. Er ermöglicht, Entzweiung und Vergeblichkeit – und damit die drohende Dissonanz – abzuwehren, indem die Gefährdung der Gesundheit nach außen gebracht und den anderen zugewiesen wird. Es ist damit keine im Thema selbst liegende Problematik mehr; die eigene Gesundheit wäre überhaupt keine Schwierigkeit, wenn sie nicht von außen, durch Raucher, Autofahrer oder die Industrie ständig bedroht würde. Hier dient die berechtigte Sorge um die Gesundheit und begründbare Kritik an ihrer Gefährdung durch außen als rationaler Anhalt, an den sich die Bearbeitung der genannten Probleme heftet. Dies läßt einen vielleicht die ganze Wucht und Dynamik, die sich z.B. in der Anti-Raucher-Bewegung, dem Auftreten militanter Umweltschützer und ähnlichem zeigt, etwas besser verstehen.

Das hier Gesagte gilt nun ebenso für den 'Verrechnungslogiker', wenn er die Seite der Gesundheit vertritt. Auch bei diesem zeigt sich die Dimension der Gewalt im Zuge der Bearbeitung von Entzweiung und Vergeblichkeit, kommt es zu Einschränkungen und Verzicht, zu Selbstbestrafungen und den geschilderten Auslagerungen; nur geschieht das alles in gemilderter Form und hat nicht selten spielerischen Charakter, da die andere Seite nicht rigoros ausgeschaltet, sondern ihr die gleiche Berechtigung zugesprochen wird wie den Forderungen der Gesundheit. Entzweiung und Vergeblichkeit finden teilweise Anerkennung, wodurch der akzeptierte Spielraum größer und die Rigidität, das Ausmaß der Gewalt als Mittel der Bearbeitung in diesem Lösungsver-such geringer werden.

Demgegenüber findet sich beim 'Vitalriesen' die nämliche Extremisierung, allerdings mit umgedrehtem Vorzeichen. Als Negativbild des 'Gesundheitsapostels', mit einer Definition von Gesundheit als Frei-Sein von der Sor-

ge um sie, gilt die Bekämpfung dem 'inneren Feigling', der mit seiner kleinlichen und ängstlichen Bekümmern um die Gesundheit die eigene Entzweiung thematisiert, und den es deshalb zu bezwingen gilt. Die schon beschriebenen Auslagerungen, die härteste Bekämpfung der anderen – hier solcher, die sich für die Gesundheit stark machen – in Stellvertretung dieses 'anderen in sich', haben die gleiche Entlastungsfunktion (Abwehr von Dissonanz) und verdeutlichen die nahe Verwandtschaft der beiden Extremformen.

Jedoch wird hier Gewalt ausdrücklich ins Programm übernommen, während sie beim 'Gesundheitsapostel', richtet er sie gegen sich, kaum als solche in den Blick kommt, richtet er sie gegen andere, als reaktive gerechtfertigt wird; dem 'Vitalriesen' werden die eigenhändig zugefügten und demonstrativ herausgestellten Schädigungen zur imaginären Versicherung, Widerfahrnisse in der Verfügbarkeit zu haben: Was soll die Welt einem noch antun können, das man sich nicht schon längst selbst angetan und überlebt hat. Im Sinne dieser Logik heißt Leben, daß es kein Jenseits-der-Gewalt gibt: Das Leben ist zwar hart, aber man selbst ist härter. Indem man sich dieses Prinzip zu eigen macht, kommt es zu einer eigentümlichen Konkurrenz mit anderen 'Vitalriesen', deren Austragung gewinnt, wer am wenigsten für und am meisten gegen die Gesundheit tut. Das führt bei diesem Typus ebenso wie beim 'Gesundheitsapostel' zu einem rigiden System: dem der heroischen Selbstschädigung; Raucherhusten, versoffene Stimme und ähnliche, von harten, aber bestandenen Kämpfen zeugende Narben werden zum stolz vorgezeigten Ausweis der beanspruchten Gleichgültigkeit und Souveränität.

Und um eine solche, nicht um tatsächliche Indifferenz, handelt es sich; die ganze Heftigkeit, der gesteigerte Demonstrationscharakter verweisen auf die weggehaltene Gegenseite und den Versuch, den 'inneren Feigling', der



sich um die Gesundheit sorgt und vor der Bedrohung des Lebens ängstigt, auszublenden.

Paradoxerweise geschieht dies gleichzeitig mit einer betonten Hervorhebung der notwendigen Vergeblichkeit, die Realisierung von Gesundheit betreffend; sie (die Vergeblichkeit) ist ja ein Argument, es erst gar nicht mit ihr zu versuchen. Die anderen ob ihres engagierten Bemühens bespöttelnd, gerät aus dem Blick, daß man die gleiche Problematik auf andere Art und Weise bearbeitet.

Schluß

Kehren wir nun zum Ausgangspunkt der Untersuchung zurück, so stellen wir fest, daß von den Zügen – Entzweiung, Vergeblichkeit, Gewalt –, die als im Thema Gesundheit selbst liegend aufgezeigt wurden, in dem Bild, in

welchem Gesundheit sich anfänglich präsentiert, nichts sichtbar wird; sie begegnet einem als etwas eindeutig Positives, Erstrebenswertes. Aber der Tatbestand, daß dies alles so diffus bleibt und Gesundheit als abstraktes Ideal ihr Wesen treibt, ist vielleicht nicht zuletzt eine Bedingung dafür, daß gerade im Namen eines solch hehren Ideals Gewaltausübung möglich wird: Entweder rechtfertigt die Verteidigung der Gesundheit – weil dieser Verteidigung wert – die Anwendung etwas größerer Mittel (Gewalt gegen andere), oder im Zusammenhang mit ihr auftretende Phänomene (Gewalt gegen sich selbst) gelten einfach als Perversionen, die mit der eigentlichen Gesundheit nichts zu tun haben können.

In dieser Arbeit wurde demgegenüber zu zeigen versucht, daß es sich dabei um mögliche

Ausprägungen dessen handelt, was immer schon im Spiel ist, wenn Gesundheit zum Gegenstand der Bemühungen wird; dazu wurde das innere Gefüge des Verhältnisses 'Ich und die Gesundheit' in seinen dynamischen Beziehungen entfaltet, um Gewalt sichtbar werden zu lassen als Mittel der Bearbeitungsversuche letztendlich unlösbarer Probleme. ○

Zusammenfassung

Gesundheit begegnet einem en face unzweifelhaft als Ideal, wenn nicht als das Ideal schlechthin; es verbietet sich daher fast von selbst, im Namen der Gesundheit verübte Gewalt (gegen sich oder andere) in einen Zusammenhang zu stellen, der nicht der des Mißbrauchs eines Ideals wäre.

Ausgehend von dieser Problematik wird das Thema Gesundheit auf seine Struktur hin befragt; dabei wird deutlich, daß es sich immer um ein dynamisches Verhältnis handelt, welches sich zur Gesundheit – auf je verschiedene Weise – ausbildet, und aus dessen immanenter Logik zwei Grundprobleme (Entzweiung und Vergeblichkeit) erwachsen, deren Lösung Gegenstand der jeweiligen Bemühungen ist. In diesem Zusammenhang zeigt sich Gewalt als Mittel der Bearbeitung der genannten Schwierigkeiten – und somit als im Thema selbst liegend.

Verzeichnis der Abbildungen

- S. 38: Anzeige eines Gesundheitscenters (1984)
S. 40: Alfred A. Knopf: Economy exercises. (o.J.)
Aus: A. Gould (Hg.) (1981): Masters of Caricature.
New York
S. 41: Aus: Titanic 2/1984
S. 42: Flaschenetikett
S. 43: Zigarettenanzeige
S. 45: Aus: Titanic 11/1983
S. 48: Günter Brus: Ohne Titel. Bleistiftzeichnung
(1970). Aus: Günter Brus (1971): Handzeichnungen
1969 – 1971. Köln/New York
S. 50: Aus: Titanic 6/1987

Andreas Mones
Subbelrather Str. 32
D-5000 Köln 10

ZWISCHENSCHRITTE

Bisher erschienen:

Heft 2/1985

W. Domke

Kaufen im Sonderangebot – Ein 'billiges' Kunststückchen seelisch-ökonomischer Versiertheit

Y. Ahren/C. Melchers

Theodor Reik und die Weiterentwicklung der Psychoanalyse

D. Blothner

'Selbstsein' – Momente vielversprechenden Übergangs

W. Salber

Tageslauf-Psychologie

H. Fitzek

Der gemachte Mann – Fallbei(l)spiel eines Psychologen beim Eintritt ins Berufsleben

O. Breuer

Der Jazz, der Fuß und die Einheit – Eine psychologische Studie auf der Spur der musikalischen Erfahrung

Heft 1/1986

E. Porz-Selke

"...dann wird's eigentlich erst richtig dreckig" – Eine psychologische Analyse des Putzens im Haushalt

D. Blothner

Intensivberatung und Psychoanalyse

M. Böhmer/C. Melchers

Produkt-Wirkungseinheiten – Der Werbewirkung alltagsnäher auf der Spur

C. Vierboom

Zwischen Frachtgut und Fliegendem Holländer – Ein Beitrag zur Psychologie des Passagierfliegens

J. Enders

Entwicklungsprozesse beim Rorschachtest

Heft 2/1986

L. Salber

Radioaktivität – Das obscure Objekt der Beunruhigung

M. Degen

Wie Seeliches in die Gänge kommt – Radfahren: Lebenssteigerung durch Herunterschalten

M.M.R. Khan

Über Brachliegen

W. Salber

Der Alltag ist nicht grau – Zu einer psychologischen Theorie des Alltags

D. Blothner

Über das Flirtspiel

W. Ennenbach

Der Einfluß der Modell-Methode auf das einsichtige Lernen im Biologie- und Physikunterricht