

Hermann Eberhardt

„Hauptsache Gesundheit!“? – „Hauptsache ‚bei Trost‘ bleiben!“

Glosse Mai 2018

Es ist ein altes Thema, das mich schon seit Krankenhausseelsorgerzeiten begleitet. In den letzten Jahren des Alterns stößt es mir zumal bei Geburtstagswünschen laufend wieder auf: Die im Brustton der Überzeugung vorgetragene Behauptung: „Hauptsache Gesundheit!“.

Mit dem Wort „Hauptsache“ geschieht Prioritätensetzung. Gesundheit wird zum entscheidenden oder auch alles bestimmenden Faktor. Das „Gesundheitswesen“ mit all seinen Auswüchsen möglicher Vorsorge wird zum Fetisch, die „Apothekenumschau“ (im Ärztejargon) zur „Rentnerbravo“, Fitness zur Leitidee. Wer mit gesundheitlichen Einschränkungen leben muß, sieht sich minderwertigem Leben zugeordnet und aufgefordert, alle möglichen „Heilmittel“ auszuprobieren.

Je weiter „Gesundheit“ gefaßt wird, desto weniger läßt sich der Aussage widersprechen. Doch wie schnell schleicht sich damit auch ein nebulöses Einverständnis ein. „Hauptsache Gesundheit“ führt die Liste guter Wünsche für den Mitmenschen an. Eine Sprachhülse gelangt in Gratulationsadressen unbesehen zu Tief-sinn.

Natürlich birgt so eine Sprachhülse auch ihre Vorteile. Jeder mag sie nach eigenem Geschmack für sich füllen. Das Stichwort „Gesundheit“ bietet – zumal für Ältere und bei nachlassenden Lebenskräften – reichlich Gesprächsstoff und gleicht dem sprichwörtlichen Faß, das man nur aufmachen muß, um Mitteilungen hervorquellen zu lassen. Wer sonst nicht mehr viel zu sagen hat, kann hier jedenfalls mitreden. Unversehens entsteht gar ein Wetteifer im Mitteilen.

„Bist Du noch fit, oder redest du schon über Gesundheit?“, wäre dann die der IKEA-Reklame entlehnte Testfrage.

Wer Gesundheit zur „Hauptsache“ erklärt, bekundet zumindest, daß ihm gesundheitliche Beeinträchtigungen zu schaffen machen. Eingehender Austausch darüber verlangt dann aber tunlich auch Differenzierung vorab. Welche Gestalt von Gesundheit, welcher Aspekt steht jeweils im Vordergrund?

Gemäß klassischer Aufgliederung des Menschenwesens in Leib, Seele und Geist wäre zwischen leiblich-körperlicher, seelisch-psychischer und geistiger Gesundheit zu unterscheiden. Auf jeden Fall weitert sich der Horizont bis ins Weltanschauliche, sobald „Gesundheit“ unterschiedlich gewichtete Vorzeichen bekommt.

Rangiert geistige Gesundheit ganz oben, lugt idealistisches Erbe hervor. Psychische Gesundheit an der Spitze deutet auf Horizonterweiterung der „Naturwissenschaft“. Betont somatische Gewichtung hält an medizinisch-physiolo-

gischer Orientierung fest. Ausschlaggebend kann darüber hinaus auch die religiös geprägte Überzeugung werden, die über ihr Verständnis von Sorge um die „Seele“ Glauben und Gesundheit miteinander verknüpft und damit Vorstellungen spezifisch geistlich-religiöser Gesundheit kreiert.

Die unter des Apostels Paulus Namen im NT erschienenen späteren sogenannten Pastoralbriefe an Timotheus und Titus weisen hier die Richtung. Nach ihnen gründet rechter Glaube in der ‚hygiainousa didaskalia‘ (Luther: „heilsame Lehre“: Einheitsübersetzung: „gesunde Lehre“ – 1.Tim 1,10; 2.Tim 4,3; Tit 1,9). Wandel auf „orthodoxer“ (rechgläubiger) Bahn kommt hier in die Ewigkeit reichender Gesundheitspflege gleich. Eindeutig geht es dabei nicht (mehr nur) ums irdische „Wohl“, sondern ums („Seelen“-), „Heil“ – um damit zugleich eine gängige theologische Unterscheidung zwischen allgemeiner und geistlich (höher) qualifizierter „Gesundheit“ aufzunehmen. „Hauptsache Seelenheil“ heißt das dann in Kurzfassung.

Als Eingangswunsch des „Älteste[n] an Gajus, den Lieben“, lese ich im (den sog. „katholischen Briefen“ des NT zuzuordnenden) 3. Johannesbrief (Lutherübersetzung): „Ich wünsche, daß es dir in allen Dingen gut gehe und du gesund seist, so wie es deiner Seele gut geht.“ Dem vorausgesetzten „Wohlergehen“ (Einheitsübersetzung) seiner „Seele“ entsprechend wünscht der Verfasser seinem „in der Wahrheit“ lebenden geistlichen Zögling „alles erdenklich Gute“, wozu dann auch ausdrücklich die (leibliche) „Gesundheit“ gehört. „Hauptsache Seelenheil“ bzw. geistliches „Leben in der Wahrheit“ muß, bei humaner Einstellung, nicht zwangsläufig mit Mißachtung allgemeinen „Wohls“ verbunden sein!

In jedem Fall vergegenwärtigt etwa Martin Luthers „Nehmen sie den Leib, / Gut, Ehr, Kind und Weib: / laß fahren dahin“ in der 4. Strophe seines Liedes „Ein feste Burg ist unser Gott“ (EG 362) ein Extrem der Gewichtung geistlicher Ausrichtung und fordert als solches zu genauerem Hinsehen heraus.

Mag die Geschichte des Nachdenkens vier zu unterscheidende Gestalten (spirituell, geistig, psychisch, körperlich) der Gewichtung von Lebensqualität bereithalten. Intellektuelle Unterscheidung heißt nicht einfach eindeutige Abgrenzbarkeit in der „Sache“ oder gar Unabhängigkeit der Gestalten von einander. In den „Gestalten“ begegnen sozusagen Dimensionen des Lebens, die – ganzheitlich formuliert – in einem „Regelkreis“ zueinander in Beziehung stehen. Hier gäbe es – wo etwa die weltanschauliche Auseinandersetzung zwischen Idealismus und Materialismus nahe liegt oder Religion gegen die Natur mobil macht – noch viel zu sagen. Doch das mag an anderer Stelle geschehen.

Hier vergegenwärtige ich mir einfach Bert Brechts berühmtes „Erst kommt das Fressen, dann die Moral“<sup>1</sup> oder den unter Humanisten gängigen alten Spruch vom

---

1 Dreigroschenoper, Ballade: „Wovon lebt der Mensch“.

„gesunden Geist in einem gesunden Körper“ (,mens sana in corpore sano')<sup>2</sup>. Auch der souveränste Geistesmensch braucht Morphium, wenn seine Leibes-schmerzen überhand nehmen! Richtige Ernährung wehrt möglicherweise der Demenz. Antidepressiva helfen gegebenenfalls dem niedergeschlagenen Gemüt auf. Menschen, die bis dato ihrer Glaubensüberzeugung unerschütterlich sicher waren, können im Bett einer Intensivstation absolutes Glaubens-Vakuum erleben. Nach Monaten Seelsorge-Praktikum in einer JVA, sowie Jahren als Seelsorger in Akutkrankenhäusern und in der Psychiatrie weiß ich, wovon ich rede.

„Hauptsache Gesundheit!“? – Was heißt das über den lapidaren Anspruch, auf Wichtiges zu zielen, hinaus? Für mich fügt sich, worum es hier geht, trefflich erst mit Hilfe der fast vergessenen Redensart vom „bei-Trost-sein“. Unbesehen zeichnet das Stichwort „Trost“ bereits ein Umfeld erschütterter Gemütslage ab und die hängt keineswegs an möglichst vielen Jahren ungetrübter „Gesundheit“/„Fitness“.

Leben heißt Sein-in-Beziehung. Schon der Tod eines geliebten Haustiers oder erzwungener Wohnungswechsel können mächtig erschüttern. An die Stelle von „Hauptsache Gesundheit“ kann schnell ein „Hauptsache, Du bist noch da!“/„ich habe Dich noch!“ treten.

Aller Veränderung wohnt Abschied inne. Lassen wir dessen helle Seiten (zu-gunsten von Befreiung und Innovation) dahingestellt, gewinnen dessen dunkle bzw. traurige oder trostbedürftige Seiten schärfere Konturen. Alles hat seine Zeit. Lebensgegebenheiten und -verhältnisse wandeln sich oder schwinden mit den Jahren und mit dem persönlichen Lebens-Geschick/Schicksal – wozu denn maß-geblich auch Veränderungen auf dem weiten Feld gelebter Beziehung gehören. Der Bann, in den die Vorstellung von Ewigem schlagen kann, gründet vermutlich auch darin, daß Ewigkeit Veränderung und damit (schmerzlichen) Abschied aus-schließt. In der Psychiatrie traf ich einmal einen Mann, der gerne 200 Jahre alt werden wollte. Wie unberührt von Lebensmühen und tragenden persönlichen Beziehungen mußte dieser Mann sein! Mit jedem vertrauten Mitmenschen, der stirbt, stirbt ja doch auch „ein Stück von mir“ (C. Zuckmayer). „Hauptsache Gesundheit“ ragt bei Betroffenheit solcher Gestalt ins Leere.

Also besser: „Hauptsache, Du bleibst/man bleibt ‚bei Trost!‘“ – Nach Kurt Krüger-Lorenzen, „Deutsche Redensarten – und was dahinter steckt“ „hat Trost [hier] noch die mittelhochdeutsche Bedeutung von Zuversicht, Hoffnung“. Gerhard Wahrigs „Deutsches Wörterbuch“ macht hinter dem „Trost“ der Redensart das altnordische Wort ‚traust‘ = „Zuversicht“ bzw. das germanische ‚trausta‘ =

---

2 Nach Christa Pöppelmann, „Wer sagte was? Die bekanntesten Aussprüche und Zitate“ (Weltbild-Ausgabe 2008, S. 182), stammt das Diktum aus Juvenals (um 60-127 n. Chr.) 10. Satire. Hier freilich nicht in dem Sinne, „dass sich die körperliche Fitness auch positiv auf den Geist auswirke ... [sondern als] Stoßseufzer. Angesichts der vielen himlosen Muskelprotze im alten Rom“, denen durchaus ein Gebet um einen auch entsprechend gesunden Geist zu empfehlen sei.

„innere Festigkeit“, und schließlich gotisch: ‚trausti‘ = „Vertrag, Bündnis; verwandt mit Trust, Vertrauen, trauen, treu“ aus. Deutlich zeichnet auch das englische „trust“ ab, was in der alten Redensart ansteht.

„Bei Trost‘ bleiben oder sein“ zielt mit seinem Köcher voll Pfeilen urtümlicher Bedeutung m. E. weiter oder auch tiefer als die geläufigere Umschreibung des Halts, um den es bei Erschütterungen geht, mit dem möglicherweise abgegriffenen Adjektiv „getrost“. Übergreifende Verankerung in tragender Beziehung oder auch Geborgenheit ist hier ebenso angesprochen, wie das Vermögen, diese – auch jenseits abgestanden anmutenden Vokabulars – wie auch immer für sich wahrzunehmen. „Bei Trost bleiben“ meint, bei/auf klarer Linie verbleiben, möglicherweise erschüttert aber nicht aus der Spur oder Bindung tragender Erfahrung/Einsichten/Überzeugungen geraten. Was mehr kann man sich und dem Mitmenschen wünschen!