

Mit dem Theologen Pater Römelt im Gespräch über Gesundheit und Lebenskunst

»HAUPTSACHE GESUND!«?

DIE: Pater Römelt, als einen Ethiker frage ich Sie: Wie wichtig ist Gesundheit? Ist sie ein hohes oder höchstes Gut? Was sind Maßstäbe dafür?

Römelt: Für diese Frage gibt es keine Packungsbeilage, die man – wenn sie einen belügt – verärgert zerreißen kann. Wir Theologen und philosophischen Ethiker neigen dazu, solch ein »immanentes« Gut klein zu reden. Ich wäre damit vorsichtig; Gesundheit ist ein hohes Gut. Gesund zu sein, ist eine Grundlage für Freiheit und Entfaltung, wie auch im Grundgesetz ein Recht auf Entfaltung von Freiheit und Leben verankert ist. Wer mit Einschränkungen zu kämpfen hat, erlebt, wie brutal die Natur ist. Sie nimmt keine Rücksicht auf existentielle Wünsche. Ich finde es gut, wenn Forschungsgelder in die praktischen Wissenschaften fließen, in die Medizin und die Biowissenschaften, um Know how auszubilden und Techniken zu entwickeln, die Menschen Lebensmöglichkeiten erschließen können.

DIE: Dann ist es aus Ihrer Sicht sicher auch positiv, dass der Gesundheitsbegriff heutzutage nicht mehr nur negativ durch die Abwesenheit von Krankheit definiert ist.

Römelt: Dieser Paradigmenwechsel war eine sehr positive Entwicklung. Er schließt ja zum Beispiel ein, dass man Menschen mit Behinderungen nicht krank nennt, sondern dass man sie in ihren eigenen Kompetenzen würdigt. Das spiegelt sich auch in der Inklusionsdebatte. Und es gilt auch für die Älteren, dass man Ausschau hält nach den eigenen Möglichkeiten und



Kann man ein Heft über gesundheitsrelevante Kompetenzen machen, ohne auch kritisch nach dem Stellenwert von Gesundheit für Individuen und Gesellschaft heute zu fragen? Die Redaktionsgruppe der DIE Zeitschrift meinte: nein. Im Sinne Tietgens'scher Gegensteuerung müsse auch den »dunklen Seiten« des Gesundheitsbooms ein Stück Aufmerksamkeit gelten. An einem der seltenen Schneetage des Winters 2013/14 traf DIE-Redakteur **Dr. Peter Brandt** hierzu **Prof. Dr. Josef Römelt**, Redemptoristenpater und Moraltheologe an der Universität Erfurt. Einer seiner Arbeitsschwerpunkte ist die Medizinethik. Im Interview lässt er das Vorurteil, Moraltheologen seien leibfeindlich, gar nicht erst aufkommen. Römelt ist seit einigen Jahren aufgrund einer Erkrankung an Multipler Sklerose Rollstuhlfahrer. Auch darüber wird er sprechen.

die Augen öffnet für das, was im noch Leben gestaltbar ist. Die Orientierung an Ressourcen zeigt die Würde des Lebens unter Belastung. Ein Problem entsteht dort, wo Menschen für ihren eigenen gesundheitlichen Status verantwortlich gemacht werden; wenn aus der Ermutigung, ein möglichst unabhängiges Leben zu führen, die Zumutung wird, alles autonom regeln zu sollen, wenn man anfängt, hinter dem Autonomiemodell Fürsorgeaufgaben der Gesellschaft einzusparen. Da

wird es gefährlich, weil es den Kranken schuldig macht. Hier kommt das alte Urmotiv, dass Krankheit Schuld ist, wieder durch – in einer hochkomplexen modernen Gesellschaft. Gerade wenn Menschen keine psychischen Ressourcen mehr haben, werden sie sehr schnell schuldig gesprochen.

DIE: Der Boden für derartige Dynamiken ist bereitet, denn der Mensch scheint die Verantwortung für die eigene Gesundheit mehr denn je anzunehmen. Wir ernähren uns bewusster, rauchen weniger, betreiben mehr Vorsorge. Der gesellschaftliche Druck, funktionieren zu sollen, ist längst privatisiert und von vielen Individuen verinnerlicht. Warum funktioniert das so gut?

Römelt: Der Gesundheitsbereich wird ganz stark dem privaten Bereich zugerechnet. Meine Gesundheitsdaten werden stärker gehütet als zum Beispiel meine Daten zur Religiosität. Privatheit bedeutet, dass es sich um einen Raum handelt, der einem sehr nahe ist und den man

selber gestaltet – so, wie man sich eine Wohnung einrichtet.

DIE: Gibt es hier denn viele Gestaltungsoptionen?

Römelt: In den Gesundheitsmarkt sind in den letzten Jahren Heilmöglichkeiten und Heilmittel eingezogen, die sich verbinden mit Lebensdeutung und Weltanschauung. Ob ökologische Bewegungen oder fernöstliche Medizin – der Bereich ist ein offenes Feld für Selbstdeutung und spirituelle Lebensgestaltung geworden.

DIE: Sicher, das mag es dem Menschen erleichtern, die Verantwortung für die eigene Gesundheit und die unseres engsten Umfeldes zu übernehmen. Mich beschleicht in den letzten Jahren das Gefühl, dass wir es mit dieser Verantwortung etwas übertreiben und uns teilweise überfordern. Wir scheinen uns ganz und gar für unser eigenes Glück zuständig zu fühlen.

Römel: Na, wir müssen ja! Das nennen die Sozialwissenschaften Reflexivität der Lebensführung. Angesichts der Optionen, die uns durch unser wirtschaftlich abgesichertes und technisch entfaltetes Leben entstanden sind, dürfen wir Entscheidungen treffen, aber wir müssen es auch. Nehmen wir einmal das Ende des Lebens. Früher lautete die Aussage des Arztes: Hier kann ich nichts mehr machen. Heute gibt es immer Optionen, und sei es palliativer Art. Entscheidungsmöglichkeiten sind uns zur Gewohnheit geworden und auch zum Zwang. Und das übertragen wir auf alle Lebensbereiche.

»Ja, wir sind ängstlich.«

DIE: Sind wir dabei eine ängstliche Gesellschaft?

Römel: Mir scheint, wir wollen auf allen möglichen Ebenen managen. Ein überstarker Versuch, Leben zu steuern, zu planen, kann Ausdruck von Angst sein. Das zeigen uns psychologische Studien zu Angstneurosen. Wir denken aktiv darüber nach, wie wir sterben und beerdigt werden wollen. Wir machen Patientenverfügungen. Wir versuchen, in den Grenzbereichen des Lebens zu gestalten. Wir haben verlernt, mit der Offenheit und Unberechenbarkeit des Lebens umzugehen. Ja, da sind wir ängstlich. Ohnmacht annehmen und von Verantwortung entlastet werden, Demut lernen. Und einfach einmal nur darauf zu vertrauen, dass sich Leben entfaltet und einen Weg sucht. Als religiösem Menschen fällt einem das leichter. Aber es stellt auch in säkularisierter Umgebung eine große Herausforderung für die Gegenwart dar.

DIE: Wie könnte das gelingen?

Römel: Nehmen wir als Beispiel die Krankengymnastik, die ich regelmäßig betreibe: Faul sein ist schlecht für die Muskulatur, ich muss gezielt darauf zugehen und den Prozess aktiv gestalten. Das ist aber nur die eine Seite. Wenn ich zu viel mache, muss ich das bitter mit Rückschlägen bezahlen. Ein einfaches Beispiel dafür, dass ich die Dinge nicht zwingen kann und lernen muss, mit den Grenzen der eigenen Kräfte umzugehen. Ich muss meine Endlichkeit akzeptieren. Ein Schutz vor Überforderung müsste sich durch alle Lebensbereiche ziehen. Nicht alles ist schaffbar. Wir wollen zum Beispiel »erfolgreich altern«, die Stimme, die uns das zuruft, ist laut. Aber die Stimme, die sagt, dass das, was da konkret an Altern passiert, nicht mehr wirklich »erfolgreich« genannt werden kann, die ist leise. Demut zu lernen und Ohnmacht anzunehmen ist in unserer Gesellschaft selten geworden. Die Kompetenzen zur Demut sehe ich vielleicht noch am ehesten im Sport. Dort lernt man, in Ehren auch verlieren zu können.

zu reden, über die Grenzen – nicht im Sinne der pragmatischen Gestaltungsoptionen, sondern als Anerkennung des begrenzten und beschädigten Lebens. Wir müssen unsere Multidimensionalität wiedergewinnen, müssen sprachfähig werden, um Hilfe und Hoffnung anbieten zu können, wo die Endlichkeit des Lebens, der Tod eine harte Sprache sprechen. Wo bisher noch keine Deutungsmöglichkeiten zur Verfügung stehen, die den Menschen auch dann befähigen, gestalterisch mit seinen Möglichkeiten umzugehen, wenn Technik an ihr Ende kommt und das ohnmächtige Schweigen übrig bleibt.

»Anerkennung des begrenzten und beschädigten Lebens«

Heute ist das oft nicht ein taktvolles, sondern ein verzweifertes Schweigen. Vielleicht müssten wir eine Sprache finden für das letztlich Unaussprechliche, dass wir als Mensch mit unserer ureigenen Lebensgeschichte vor dem Faktum stehen, dass diese mit dem Tod beendet wird. Lernen, das auszusprechen und uns gegenseitig zuzugestehen, uns



DIE: Was heißt das übertragen auf unser Thema Gesundheit?

Römel: Derzeit ist die Stimme des Machbaren laut. Wir müssten lernen, eine Sprache auszubilden, über das Nicht-Machbare, das Unverfügbare

Begleitung zuzusichern. Im Grunde sind ja die theologischen Ausdrucksweisen, die davon sprechen, dass Gott im Sterben begleitet, eine Verlängerung des rein menschlichen Bedürfnisses, dass wir in diesem Prozess nicht voreinander

stumm werden, sondern uns Kommunikation zusichern. Das entsprechende Handeln verlangt nicht einmal einen religiösen Antrieb. Es reicht das Motiv: Ich muss dich zwar alleine lassen, in den Tod kannst nur du selbst gehen, aber ich gehe soweit irgend möglich mit an die Schwelle heran.

DIE: Im Umgang mit unserer Gesundheit, den Möglichkeiten und Grenzen unseres Leibes – auch im Zusammenspiel mit der Seele – wäre also eine bestimmte Lebenskunst gefragt.

Römet: Ja, und die wäre mehrdimensional in diesem Sinne: Sie bezieht den Körper als etwas hoch Wichtiges ein, er ermöglicht eine unmittelbare Erfahrung von Vitalität. Ob Sexualität, Ernährung,

Habe ich Sinnressourcen? Die zentrale Herausforderung in der persönlichen Lebensführung besteht darin, diese Mehrdimensionalität leben zu können, Einschränkungen nicht als Niederlage zu verstehen, sondern als Teil reifer Lebensannahme.

»Wenn der Körper nicht mehr hält, was er verspricht ...«

DIE: Wenn wir also anlässlich der Geburt eines Kindes sagen, »Hauptsache: gesund!«, so wäre das zu kurz gesprochen?

Römet: Ja und nein. Noch einmal: Natürlich ist Gesundheit ein fundamentales Gut. Sie ist die Voraussetzung für

DIE: Sie mussten für sich lernen, mit neuen Begrenzungen umzugehen. Wollen Sie darüber berichten?

Römet: Das ist ein Prozess, ein Weg. Meine MS lässt mir viel Zeit. Die Schübe kommen nicht so massiv, dass ich etwa morgens aufwache und das Bett nicht mehr verlassen könnte. Aber dennoch muss ich mich immer wieder ein Stück von Lebensmöglichkeiten verabschieden und lernen, was Grenzakzeptanz bedeutet. Als ich zum ersten Mal einen Stock zum Laufen benötigte, war meine Behinderung nach außen erkennbar. Für den Stock habe ich mich deshalb geschämt. Er war ein Symbol meiner Begrenztheit; ich habe ihn kaum als Hilfe erlebt. Den Rollstuhl, der ja eigentlich ein viel stärkeres Symbol für Behinderung ist, habe ich als Befreiung erlebt. Er hat meinen Lebensradius wieder massiv vergrößert. Es macht mir Mühe, Grenzen zu akzeptieren, aber ich suche auch immer wieder nach Gestaltungsoptionen. Und ich finde sie immer wieder, nicht zuletzt ermöglicht durch den technischen Fortschritt. Das ist eine sehr schöne Erfahrung. Und doch zieht sich der Kreis der Einschränkungen immer enger, auch was die psychische Kraft angeht, durchzuhalten. Reife und Gelassenheit entwickeln, damit umzugehen, dafür gibt es leider keinen Algorithmus. Wohl gibt es – davon darf ich als religiöser Mensch an dieser Stelle vielleicht auch reden – das Ringen mit Gott und die damit verbundene Sehnsucht.

DIE: Ich wünsche Ihnen, dass Sie immer wieder Sinnressourcen erschließen können. Vielen Dank, Herr Römet, für Ihre offenen Worte.



Alle Fotos zum Interview: Peter Brandt

Mit der Villa Martin bewohnt die Theologische Fakultät sicher eines der schöneren Gebäude des Erfurter Campus.

Bewegung – der Körper ist die Form, in der ich Leben in Fülle, Spannung und Tiefe erlebe. Er macht mir unmittelbar deutlich, wie schön und wertvoll das Leben ist. Er ist ein Symbol für Leben pur. Ich sehne mich selbst in meiner Behinderung danach, Leben in dieser Weise erleben und erfahren zu können. Aber es stellt sich unweigerlich die Frage, ob das alles ist. Wenn der Körper nicht mehr hält, was er verspricht, wie gestalte ich das Leben dann?

ganz viel im Leben. Und andererseits muss es, wenn es mit der Gesundheit nicht so weit her ist, andere Hauptsachen geben, andere Sinnbezüge. Und die wünschen wir uns eher selten zum Geburtstag. Ich glaube, dass sich Menschen vor allem deshalb Gesundheit wünschen, weil sie das Risiko für gering halten, dass der Wunsch schief geht. Das würde zeigen, wie sehr man meint, das beschädigte Leben heraushalten zu können.