

3 Die Behandlung von Gesundheit

3.1 Diätetik

Für die Frage nach einer Behandlung von Gesundheit scheint die moderne Medizin der falsche Adressat. Das hat das vorausgegangene Kapitel gezeigt, das die moderne Medizin als ein ausdifferenziertes Funktionssystem dargestellt hat. Auch das nun folgende Kapitel wird sich mit der Medizin auseinandersetzen, jedoch nicht mit ihrer modernen, ausdifferenzierten Form. Vielmehr gilt es nach der Medizin zu fragen, aus der heraus sich das Krankheitssystem ausdifferenzieren konnte. Dass die moderne Medizin zur Behandlung von Gesundheit nichts beizutragen hat, spricht ja gerade für eine Ausdifferenzierung des Systems. Und tatsächlich trifft man bei der Suche nach den Wurzeln der modernen Medizin auf eine Medizin, die sich der Behandlung von Gesundheit verpflichtet fühlt.

Den Anfangspunkt für die Geschichte einer sich ausdifferenzierenden Medizin kann man in der griechischen Heilkultur finden. Dieser These soll eine kurze Begründung folgen, wie sie bei Schipperges¹⁷ beschrieben ist.

Mit der Heilkunst des Hippokrates erhält die Medizin eine eigenständige wissenschaftstheoretische Grundlage. Vorher ist die Heilkunst noch zum einen dem Mythos und zum anderen der Naturphilosophie zuzuordnen. Die Eigenständigkeit der Medizin erwächst dann erst aus der Verbindung der Heilkunde als Teil der Naturphilosophie mit der praktischen Medizin. So gibt es bei den großen Philosophen wie Pythagoras, Empedokles und Demokrit stets auch Hinweise auf deren ärztliche Tätigkeit. Unter Hippokrates, Schüler von Demokrit, wird die medizinische Lehre zu einer eigenen systematisch geschlossenen Wissenschaft. Sie beruht auf einer Dreiteilung. Unterschieden werden die Lehre vom gesunden Menschen (Physiologie), die Lehre vom kranken Menschen (Pathologie) und die Lehre von den Heilmöglichkeiten (Therapie). Diese Systematisierung setzt sich in der Therapeutik fort. Man unterteilt die Heilkunde in die Diätetik als die Behandlung durch die Lebensweise, die Pharmazeutik als die Behandlung durch Medikamente und die Chirurgie als das medizinische Handwerk, und zwar im wörtlichen Sinne. Die Chirurgie sollte jedoch nur zur Anwendung kommen, wenn die Pharmazeu-

¹⁷ Schipperges, Heinrich: Das Haus der Medizin. Zur Heilkunst des Hippokrates, in: Ders., Moderne Medizin im Spiegel der Geschichte, Stuttgart 1970

tik nicht mehr hilft. Doch vor der Pharmazeutik, und damit erst recht vor der Chirurgie, hat die Diätetik stets eine vorrangige Stellung. Die Diätetik gilt in der Antike als der wichtigste und grundlegendste Teil jeder medizinischen Behandlung. Schließlich gilt die Diätetik auch als die naheliegendste Möglichkeit der Behandlung. Diese Sichtweise beruht auf der jonischen Naturphilosophie, deren Maxime das Erhalten und Wiederherstellen eines natürlichen Gleichgewichtes ist. Gesundheit ist dabei zu verstehen als ein solches natürliches Gleichgewicht. Für das Gleichgewicht mit der Natur an sich (*res naturales*) müssen nicht-natürliche Konzessionen (*res non naturales*) unbedingt erfüllt werden. So werden später in der Schriftensammlung „*Corpus Hippocraticum*“¹⁸ die „*sex res non naturales*“ festgehalten:¹⁹

1. Aer (Licht und Luft)
2. Cibus et Potus (Speis und Trank)
3. Motus et Quies (Arbeit und Ruhe)
4. Somnus et Vigilia (Schlafen und Wachen)
5. Excreta et Secreta (Ausscheidungen und Absonderungen)
6. Affectus Animi (Leidenschaften)

Die Behandlung dieser „*res non naturales*“ ist erste und unbedingte Voraussetzung für Gesundheit. Sie ist die Voraussetzung für ein Gleichgewicht mit den „*res naturales*“. Erst dem untergeordnet kann dann die Gesundheit auch durch die Krankheiten, den „*res contra naturam*“, beeinflusst sein. Deren Behandlung ist jedoch bedingt, denn zum einen müssen die Behandlungsmethoden immer erst gesucht und gefunden werden und zum anderen müssen erst die Voraussetzungen der „*res non naturales*“ behandelt werden.

Grundlegend für die Diätetik ist also das Verständnis von Gesundheit als ein nicht als natürlich voraussetzbarer Zustand: Gesundheit nicht als „*res naturales*“, sondern als menschliche Leistung, einen Gleichgewichtszustand zu sichern, und zwar in erster Linie über die „*res non naturales*“. Diätetik, also die Behandlung von Gesundheit erfährt ihre Rechtfertigung nur dann, wenn Gesundheit nicht als natürliche Gabe verstanden wird, sondern als menschliche Leistung.

Gibt es eine moderne Vorstellung von Gesundheit, die deren Behandlung begründen könnte?

¹⁸ Das „*Corpus Hippocraticum*“ (um 300 v. Chr.) stellt eine Sammlung von Schriften aus dem 5. und 4. Jh. v. Chr. dar, die in der Tradition von Hippokrates (um 460 – um 370 v. Chr.) entstanden.

¹⁹ Zitiert und übersetzt nach: Schipperges, Heinrich: Heilkunst ist Lebenskunde. Die Diätetik als Programm, in: Ders., *Moderne Medizin im Spiegel der Geschichte*, 1970.

Die Gesundheitsvorstellungen waren in der Geschichte der Medizin epochal geprägt und damit stark voneinander verschieden. Dabei lässt sich aber auch erkennen, wie die Vorstellungen von Gesundheit - ganz allgemein formuliert - sich zwischen den Polen einer gegebenen Gesundheit und einer zu leistenden Gesundheit bewegen.²⁰ Die Systematisierung der Medizin, wie sie die griechische Antike vornimmt, soll erhalten bleiben bis in die Neuzeit hinein. Die „res non naturales“ finden als Regelwerk zu jeder Zeit Beachtung.²¹

Dass die „res non naturales“ auch noch in der modernen Gesellschaft Verhaltensweisen sind, die in Regeln und Normen Beachtung finden, ist kaum in Frage zu stellen. Die Behandlung von Gesundheit ist nicht obsolet.²² Man denke allein an die minutengenaue gesetzlichen Regelungen bezüglich „Motus et Quies“, Arbeit und Ruhe und deren politisch organisierte Kontrolle. Das medizinische System hingegen hat sich im Zuge der funktionalen Ausdifferenzierung der modernen Gesellschaft von der Diätetik differenziert. Die moderne Medizin kann die Behandlung von Gesundheit nicht rechtfertigen.

Dass die Diätetik in ihrem ursprünglichen Sinne in der modernen Medizin nicht mehr wiederzufinden ist, reicht nicht aus, der Behandlung von Gesundheit jegliche Bedeutung abzuspochen. Diätetik bedeutet in der modernen Medizin zwar nicht mehr als Ernährungslehre und der Begriff Diät bezeichnet im medizinischen Sinne lediglich die Krankenkost.²³ Versteht man die Diätetik als Behandlung von Gesundheit im Sinne einer Beachtung von Verhaltensweisen, der „res non naturales“ etwa, so kann man von einer ungebrochenen Bedeutung der Diätetik als Regelwerk ausgehen.

Bleibt die Frage, welche Vorstellung von Gesundheit ihre Behandlung in der modernen Gesellschaft rechtfertigen könnte, in welchen Vorstellungen eine Behandlung sich begründen könnte.

Dabei zeigt sich, dass es nicht allein die Vorstellung von Gesundheit sein kann, die eine Behandlung von Gesundheit begründet. Bezüglich der Vorstellung von Krankheit ist eine Spezifikation möglich in eine Vielzahl bestimmter Krankheiten. Diese Möglichkeit scheidet bei der Vorstellung von Gesundheit aus. Gesundheit bleibt damit nicht näher

²⁰ Ein geschichtlicher Abriss zu den Vorstellungen von Gesundheit findet sich bei: Piet van Spijk, Definition und Beschreibung der Gesundheit. Ein medizinhistorischer Überblick, 1991.

²¹ Insbesondere die medizinhistorischen Betrachtungen von Schipperges konnten dies zeigen, so zuletzt in seinen Publikationen Heilkunst als Lebenskunde, 1990 und Heilkunst als Gesundheitslehre, 1993.

²² Auch in der Gesundheitswissenschaft wird sich noch immer der Systematisierung der „res non naturales“ bedient, so bei: Hans Schaefer, Gesundheitswissenschaft. Versuch eines wissenschaftlichen Programms und seiner Anwendung, 1993.

²³ nach: Pschyrembel, Klinisches Wörterbuch, 1990.

bestimmbar. Dass Gesundheit unbestimmbar ist, ist die einzige verbindliche Aussage, die zum Begriff der Gesundheit gemacht werden kann. Die Weltgesundheitsorganisation trägt dieser Tatsache Rechnung, indem sie eine Gesundheitsdefinition anbietet, die jede Vorstellung von Gesundheit einbezieht und damit gleichzeitig eine unvorstellbare Gesundheit entwirft.²⁴ Warum die diätetischen Verhaltensweisen auch in der Moderne Beachtung finden, lässt sich offensichtlich nicht ausreichend über Gesundheitsvorstellungen begründen.

Der Blick zurück zu den Wurzeln des medizinischen Systems lässt die Diätetik zwar als System der Behandlung von Gesundheit erkennen. Doch erst wenn man nach dem spezifisch Modernen in der Behandlung von Gesundheit sucht, bekommt der Brückenschlag zur Diätetik der Antike seine eigentliche Bedeutung. Dafür bedarf es einer Herangehensweise, die über die Betrachtung von Verhaltensweisen und Vorstellungen hinausgeht. Und diese Herangehensweise findet sich in den Arbeiten von Michel Foucault.

3.2 Die Arbeit des Selbst an sich

Im letzten Kapitel konnte die Diätetik als Behandlungsfeld der Gesundheit ausgemacht werden. Auch die Verhaltensweisen und Vorstellungen, die der Diätetik zugrunde liegen, wurden angesprochen. Doch dabei hat sich eine berechtigte Frage noch nicht ausreichend klären lassen. Warum ist gerade die antike Diätetik von Bedeutung für die Fragestellung dieser Arbeit? Warum sollte die griechische Antike für die Beantwortung der Frage nach der Behandlung von Gesundheit heute interessant sein?

Für eine Antwort ist eine Herangehensweise nötig, wie man sie bei Michel Foucault findet. Die Verbindung zwischen Antike und Moderne kann über eine Betrachtung der Verhaltensweisen und Vorstellungen in der griechischen Antike nicht ausreichend beschrieben werden. Foucault widmet sich nun auch in seinen Betrachtungen zur Antike

²⁴ „Health is a state of complete physical, mental and social well-being and not merely the absence of disease or infirmity. The correct bibliographic citation for the definition is: Preamble to the Constitution of the World Health Organization as adopted by the International Health Conference, New York, 19-22 June, 1946; signed on 22 July 1946 by the representatives of 61 States (Official Records of the World Health Organization, no. 2, p. 100) and entered into force on 7 April 1948. The Definition has not been amended since 1948.” (<http://www.who.int/about/definition/en/>, 02.03.2005). Wenngleich die WHO die Beständigkeit der Definition betont, so kommentiert Luhmann die Definition im Gegensatz dazu: “man könnte sie schlicht für eine semantische Fehlleistung halten”(AiK, S.33).

nicht der Aufgabe, eine Geschichte der Verhaltensweisen oder der Vorstellungen zu schreiben, sondern grundlegend der Aufgabe einer „Geschichte des Denkens“ (GdL, S.18).

Es geht ihm darum, „die Bedingungen zu bestimmen, in denen das Menschenwesen das, was es ist, was es tut, und die Welt, in der es lebt, ‚problematisiert‘.“ (Foucault, GdL, S.18). Der Mensch kann und muss das Dasein denken. Davon ausgehend prägt Foucault den Begriff der Problematisierung. Man kann nun fragen, wie sich das Individuum selbst problematisiert, wie es sein Dasein denkt.

In den Kapiteln unter 2 (Das Krankheitssystem) wurde im Kontext von Luhmanns Systemtheorie von der Individualisierung des Individuums im Verhältnis zur Gesellschaft gesprochen. Die Beschreibungen, die sich bei Luhmann finden, lassen sich mit Foucaults Beobachtungen vergleichen. In Bezug auf die Frage, wie sich das Individuum als Individuum erlebt, spricht nun Foucault von „Subjektivierungsweisen“ (GdL, S.40). Trotz der sehr spezifischen Begriffswelten der beiden Autoren Luhmann und Foucault ist eine deskriptive Übereinstimmung festzustellen. Das Individuum erfährt seine Individualität, seine Einzigartigkeit als Subjekt. Es geht dabei nicht etwa um ein vorgegebenes Subjekt, das das Individuum zu erkennen bestimmt ist. In einem Interview betonte Foucault, dass er davon ausgeht, dass es kein Subjekt gibt, „da kein griechischer Denker je eine Definition des Subjekts gefunden hat, nie danach gesucht hat“²⁵. Vielmehr geht es um die Subjektivierung, in der das Individuum seine Erfahrung bestimmt. Das Individuum konstituiert sich selbst als Subjekt, so Foucault (GdL, S.13). In Bezugnahme auf Luhmann wäre zu formulieren, das individualisierte Individuum wird zum Subjekt. In beiden Fällen gilt das Subjekt als Begriff für die Erfahrung des Individuums als Individuum, nicht aber als Begriff für etwas Erfahrbares oder Substantielles.

Nun fiel bereits der ebenfalls von Foucault geprägte Terminus der Subjektivierungsweisen, in denen sich das Individuum als Subjekt konstituiert. Im selben Zusammenhang spricht er auch von „Selbsttechniken“ oder von „Künsten der Existenz“ (GdL, S.18). Foucault beschreibt mit diesen Begriffen Praktiken der Problematisierung, Techniken im Umgang mit sich selbst.

Foucault schreibt seine „Geschichte des Denkens“ also nicht als eine Geschichte der Verhaltensweisen und Vorstellungen, sondern als eine Geschichte der Problematisierung und deren Praktiken, eine Geschichte der Selbstpraktiken. Und in der griechischen Antike findet er dafür „eines der ersten Kapitel“ (GdL, S.19).

²⁵ Erdmann [Hrsg.], 1990, S.144.

Diese Herangehensweise deckt den Zusammenhang von Antike und Moderne bezüglich der Behandlung von Gesundheit auf. Die entscheidende Gemeinsamkeit besteht in dem Verhältnis von gesellschaftlicher Identität und menschlichem Körper. Es geht nicht darum, die griechische Moral in irgendeiner Form in die Moderne hineinzutragen.²⁶ Paul Veyne schreibt über Foucault: „eine Einzelheit dieser Moral, nämlich die Idee von der Arbeit des Selbst an sich, schien ihm geeignet zu sein, erneut einen aktuellen Sinn zu gewinnen, in der Art jener Säulen heidnischer Tempel, wie man sie manchmal bei jüngeren Gebäuden wiederverwendet sieht. Man glaubt einige Erwartungen dieser Diagnose zu erahnen: Das Ich, das sich selbst als zu vollbringendes Werk auffasst, könnte eine Moral tragen, die weder Tradition noch Vernunft mehr stützen; Künstler seiner Selbst, würde es seine Autonomie geltend machen, ohne die die Moderne nicht mehr auskommen kann. ‚Alles ist verschwunden‘, sagte Medea, ‚aber eines bleibt mir: Ich‘. Letztlich brauchen wir, wenn das Ich uns von der Vorstellung befreit, daß es zwischen Moral und Gesellschaft, oder was man so nennt, einen analytischen oder notwendigen Zusammenhang gibt, nicht mehr auf die Revolution zu warten, um anzufangen, uns zu aktualisieren: Das Ich ist die neue strategische Möglichkeit.“²⁷

Es sei an dieser Stelle noch einmal an die Probleme bei der Suche nach einer Definition von Gesundheit erinnert, die bereits im letzten Kapitel angesprochen wurden. Was als ein generelles Problem der Moderne wahrgenommen wird, als Werte- oder Sinnverlust, lässt sich auch bezüglich der Behandlung von Gesundheit zeigen. Jegliche Vorgaben verschwinden in der Kontingenz. Was gesund ist und was nicht, hängt immer davon ab, welcher Beobachtungsstandpunkt eingenommen wird. Man kann immer alles auch anders sehen, aber dabei nicht beliebig anders. Daraus ergibt sich eine Komplexität, die das Individuum als Problem erfährt. Und gerade in Bezug auf den Körper kann das Individuum diesem Problem begegnen, diese Komplexität reduzieren. In der Behandlung von Gesundheit wird aus dem Verhältnis zum Körper eine Kunst der Existenz.²⁸

²⁶ Die Frage nach der Moral soll dabei im Interesse der eigentlichen Fragestellung dieser Arbeit in den Hintergrund treten. Hier geht es darum, den Bezug zur griechischen Antike möglichst genau darzustellen. Denn es darf nicht der Eindruck entstehen, dass hier die Antike als Vorbild einer Gesundheitsbehandlung gewertet wird. Darum soll und kann es nicht gehen. In dem bereits zitierten Interview äußert sich Foucault wie folgt: „F. [Frage]: *Haben Sie sie bewundert, diese Griechen?* M.F.[Michel Foucault]: Nein. F.: *Sie fanden sie weder beispielhaft noch bewundernswert?* M.F.: Nein. F.: *Wie haben Sie sie gefunden?* M.F.: Nicht besonders. [...] Die ganze Antike scheint mir ein ‚großer Irrtum‘ gewesen zu sein. (Gelächter)“ (Erdmann [Hrsg.], 1990, S.135).

²⁷ Schmid [Hrsg.], 1991, S.216.

²⁸ Gehring schreibt in ihren Ausführungen zu der Bedeutung des Körperbegriffs bei Foucault: „Indem man sich körperlich auf sich selbst beziehen und sich selbst kontrollieren lernt, eröffnen sich die Möglichkeiten des Selbstzwanges, die nicht nur ein Sich-Unterwerfen, sondern auch ein Sich-Gestalten sind.“ (2004, S.88).

Im Folgenden soll die Diätetik als eine der antiken Lebenskünste genauer untersucht werden, um die Behandlung von Gesundheit als „Arbeit des Selbst an sich“ besser verstehen zu können. Dann erst lassen sich Rückschlüsse ziehen zum modernen Gesellschaftssystem.

3.3 Subjektivierungsweisen

Im voranstehenden Kapitel war von den Praktiken der Problematisierung die Rede, die Foucault mit Begriffen wie Selbsttechniken oder Subjektivierungsweisen beschreibt. In welcher Weise gestaltet sich eine Subjektivierung?

Zur Beantwortung dieser Frage muss zunächst in drei Ebenen unterschieden werden, die Foucault in Bezug auf die Moral mit Moralcode, Moralverhalten und Moralsubjekt benennt (GdL, S.36 f.). Doch auch ohne auf Foucaults Betrachtungen zur Moral einzugehen, lässt sich in dieser Unterscheidung von Code, Verhalten und Subjekt beschreiben, in welcher Weise sich das Individuum als Subjekt konstituiert.

Als Code lassen sich alle Aufstellungen von Verhaltensregeln und Werteordnungen bezeichnen, die mehr oder weniger systematisch, aber in jedem Falle vorgegeben werden. Vom Code zu unterscheiden ist das individuelle Verhalten gegenüber dem Code. Das Verhältnis des Individuums zu einem Code kann zustimmend oder ablehnend sein. Als Subjekt schließlich ist das Individuum zu bezeichnen, das sein Verhalten gegenüber dem Code bestimmt.

Das Individuum bestimmt beispielsweise, worauf es sein Verhalten bezieht: Das Individuum kann sich mehr auf ein psychisches Verhalten konzentrieren, also die Gewichtung auf die Kontrolle seiner Gedanken legen. Oder es konzentriert sich mehr auf sein physisches Verhalten, also der Kontrolle der körperlichen Handlungen.

Des Weiteren muss das Individuum bestimmen, wie es sein Verhalten begründet. Gründet das Verhalten in einer Verpflichtung gegenüber der Gesellschaft oder eher in einer Verpflichtung gegenüber dem eigenen Leben oder gar in der Verpflichtung gegenüber den aufgestellten Regeln als solche?

Foucault benennt noch weitere verhaltensbestimmende Fragen: Versteht das Individuum sein Verhalten kämpferisch, was hieße, dass es auch eigene Niederlagen zulässt? Hinterfragt es sein Verhalten oder lässt es keine Hinterfragung zu? Welches letzte Ziel

hat das Individuum bezüglich seines Verhaltens? Liegt dieses Ziel beispielsweise in der Lebensführung selbst oder in einem Leben nach dem Tod?

In der Beantwortung all dieser verschiedenen Fragen bestimmt das Individuum sein Verhalten. Es handelt sich dabei also, um mit Foucaults Worten zu sprechen, um Subjektivierungsweisen, in denen sich das Individuum als Subjekt konstituiert.

Was bedeutet Behandlung von Gesundheit nun in diesem Kontext? Kurz gesagt, sie hat zum Ziel, das „gesunde“ Verhältnis zu den Regeln für ein gesundes Leben zu bestimmen. Die Diätetik bewegt sich in dem Spannungsfeld zwischen dem Code, der das Verhalten und die Werte festlegt und dem Individuum, das sein Verhalten zu diesem Code bestimmen muss. Dabei geht es nicht allein um die Frage, ob das Individuum sein Verhalten nach dem Code ausrichtet oder nicht, sondern wie es dies tut oder nicht. Im Kapitel 3.1 (Die Diätetik) wurden bereits die „sex res non naturales“ der Diätetik behandelt. Diese Formulierungen könnte man als den Code der Diätetik bezeichnen, der sich gerade wegen seiner Einfachheit über Jahrhunderte hinweg erhalten konnte. Blicke man bei der Beschreibung dieses Codes stehen, hätte man das Wesentliche der antiken Diätetik jedoch noch nicht angerührt: „Der Akzent wird auf das Verhältnis zu sich gelegt, welches es ermöglicht, daß man sich nicht von den Begierden und Lüsten fortreißen läßt, daß man ihnen gegenüber Herrschaft und Überlegenheit wahrt, daß man seine Sinne in einem Zustand von Ruhe hält, daß man frei bleibt von jeder inneren Versklavung durch die Leidenschaften und daß man zu einer Seinsweise gelangt, die durch den vollen Genuß seiner selbst oder die vollkommene Souveränität seiner über sich definiert werden kann.“ (Foucault, GdL, S.43).

Das, was die Fülle der diätetischen Abhandlungen in der Antike ausmacht, darf nicht als wohldefinierter Regelcodex verstanden werden, sondern als eine sorgfältige Ausarbeitung, die die Gestaltung des individuellen Verhältnisses zu einer geregelten Lebensweise betrifft. Es geht um die Subjektivierungsweisen, die im Vergleich zu den Verhaltensregeln wesentlich genauer ausgearbeitet sind. Es geht um die Beschreibung von Selbsttechniken, in denen es dem Individuum möglich wird, sein Leben zu regeln. Und dazu gehört auch, das Verhältnis zum Körper zu strukturieren.

In dem Aufsatz „Technologien des Selbst“ schreibt Foucault: „Die Vorschrift, ‚auf sich selbst zu achten‘, galt den Griechen als einer der zentralen Grundsätze der Polis, als Hauptregel für das soziale und persönliche Verhalten und für die Lebenskunst. Für uns heute ist dieser Begriff dunkel und verblaßt. Wenn man uns fragt, welches das wichtigste moralische Prinzip der antiken Philosophie sei, dann werden wir nicht sagen: ‚Man

achte auf sich selbst'; vielmehr werden wir auf das ‚Erkenne dich selbst‘ des Delphischen Orakels verweisen. Vielleicht hat unsere philosophische Tradition das ‚Erkenne dich selbst‘ überbewertet und das ‚Achte auf dich selbst‘ vergessen. [...] Man mußte sich mit sich selbst beschäftigen, bevor die Delphische Maxime überhaupt wirksam werden konnte. Das ‚Erkenne dich selbst‘ war der Sorge um sich selbst untergeordnet.“ (TdS, S.28).

Hier zeigt sich deutlich, wie die Behandlung von Gesundheit nicht begründbar ist in der Vermeidung von Krankheit, sondern, so Foucault, als eine der „Technologien des Selbst, die es dem Einzelnen ermöglichen, aus eigener Kraft oder mit Hilfe anderer eine Reihe von Operationen an seinem Körper oder seiner Seele, seinem Denken, seinem Verhalten und seiner Existenzweise vorzunehmen, mit dem Ziel, sich so zu verändern, daß er einen gewissen Zustand des Glücks, der Reinheit, der Weisheit, der Vollkommenheit oder der Unsterblichkeit erlangt.“ (TdS, S.26). Dieses Ziel erinnert an die Gesundheitsdefinition der Weltgesundheitsorganisation, an die Formulierung vom völligen körperlichen, geistigen, seelischen und sozialen Wohlbefinden.²⁹

3.4 Prinzipien einer Gesundheitsbehandlung

Es wurden nun die Praktiken der Problematisierung als Subjektivierungsweisen und Selbsttechniken dargestellt. Die Frage ist nun, ob diese Selbsttechniken bestimmten Formen folgen im Sinne von Strategien oder Prinzipien. In der Diätetik lassen sich Muster erkennen, nach denen das Problem „Verhältnis zum Körper“ behandelt wird. Es wird nach bestimmten Behandlungsstrategien diätetisch praktiziert, sozusagen „verarztet“ dem synonymen Wortgebrauch entsprechend. Es sollen also im Folgenden die Behandlungsmethoden von Gesundheit dargestellt werden, und zwar in Anlehnung an die Prinzipien, die Foucault gegenüber den Praktiken der Problematisierung herausgearbeitet hat (GdL, S.47ff.).

Allem voran sei die Frage nach dem Behandlungsgegenstand gestellt, also nach dem Körper. Wie überhaupt wird der Körper verstanden? Man könnte sagen, als „natürlich“. Mit natürlich ist hier gemeint, dass die Ansprüche des Körpers in sich gerechtfertigt sind, in seiner direkten Erhaltung und in der Erhaltung der Art. Sozusagen der Stoff-

²⁹ So die gängige deutschsprachige Übersetzung, der sicherheitshalber der Begriff des Seelischen noch hinzugefügt wurde (vgl. Psyhyrembel, Klinisches Wörterbuch, 1990).

wechsel und die Sexualität als die natürlichen Grundlagen der Lebenserhaltung. Um diese „Grundversorgung“ sicherzustellen, gibt es eine „natürliche“ Dynamik, einen Kreislauf. Dieser besteht aus dem Zusammenspiel von der Befriedigung und von der Lust, die bei der Befriedigung entsteht. Die Lust wiederum weckt das Begehren. Der Kreis schließt sich dann in der durch das Begehren herbeigeführten Befriedigung. Somit sind nicht nur die Befriedigungen des Körpers, sondern auch die Begehren und die Lüste „natürlich“ und in sich gerechtfertigt.

Die Natur dieser Dynamik rechtfertigt nun auch die Sorgfalt im Verhältnis zum Körper. Die Sorge ist bezogen auf die Kraft, die diese Dynamik, diesen Kreislauf antreibt. Die einzelnen Bestandteile des Kreislaufs, die Qualitäten dieser Dynamik, werden weniger als Problem wahrgenommen. Sie sind in ihrer Natürlichkeit grundlegend gerechtfertigt. Was es dagegen viel mehr zu rechtfertigen gilt, ist die Quantität. Es geht vor allem um die Intensität, in der die verschiedenen Qualitäten eines Verhältnisses zur Natur des Körpers Beachtung finden. Es geht um die Kraft, die in dem Zusammenspiel von Begehren, Befriedigung und Vergnügen natürlicherweise gerechtfertigt ist. Dabei wird den Befriedigungen ein niederer Charakter zugeordnet, der durch den lebhaften Charakter der Lust ausgeglichen wird. In der Erhaltung dieses Gleichgewichtes wird das Prinzip der Mäßigung gerechtfertigt.

Über dieses Prinzip der Mäßigung lässt sich nun das Gleichgewicht regulieren, zum Beispiel auf der Ebene des Begehrens. So zeigt sich die Unmäßigkeit im Begehren in einem Mangel an Vergnügen. Ein Beispiel: Das natürliche Bedürfnis nach Nahrung ist der Hunger. Die Gefahr der Unmäßigkeit liegt nun in nicht-natürlichen, „künstlichen“ Bedürfnissen, wenn der Appetit nicht durch den Hunger, sondern beispielsweise durch eine spektakuläre Zubereitung oder durch seltene Zutaten erzeugt wird. An diesem Beispiel lässt sich auch die Beachtung der Quantität vor der Qualität zeigen. Es geht in der antiken Diätetik weniger darum, eine bestimmte „Diät“ im Sinne einer bestimmten Auswahl und Zubereitungsart festzulegen. In erster Linie gilt die Sorge nicht der Frage, was wie richtig oder falsch ist, sondern eher wie viel oder wie oft oder wann etwas angemessen ist.

In diesen Fragen zeigt sich die große Bedeutung der zeitlichen Komponente. Die Diätetik bezieht sich insbesondere in der Sorge um eine gesunde Nachkommenschaft auf das Prinzip des richtigen Moments. Foucault hebt hervor, dass selbst das strenge Inzestverbot unter anderem darin gerechtfertigt wurde. Die Beobachtung der durch Inzest steigenden Zahl an Missbildungen gilt als Strafe von den Göttern. „Warum? Weil sie das

Prinzip des Moments mißachtet und den Samen der Erzeuger zur Unzeit vermischt haben, von denen der eine zwangsläufig viel älter ist, als der andere“ (Foucault, GdL, S.79).

Dass auch die Frage, welchen Status man erreicht hat, entscheidend ist für die Diätetik, könnte man ebenfalls zum Prinzip des richtigen Moments zählen. Doch es geht dabei nicht nur um die Berücksichtigung der zeitlichen Entwicklungsstufen im menschlichen Leben.

Es geht um die Frage von Macht und Unterwerfung. Die Kräfte im Kreis von Begehren, Befriedigung und Vergnügen sind zwar in ihrer Natürlichkeit gerechtfertigt. Weil es aber Kräfte sind, werden sie herrschen, wenn sie nicht beherrscht werden. So konstituiert sich das „Verhältnis seiner selber zu sich“ (Foucault, GdL, S.13) als ein kämpferisches Verhältnis. Das Gleichgewicht im Kräfteverhältnis muss ständig verteidigt werden. Wer diesen Kampf besteht und in diesem Sinne sich selbst beherrscht, der kann auch andere beherrschen. Und so richten sich die Maßstäbe, die die Diätetik setzt, nach dem Herrschaftsanspruch des Einzelnen. Selbstbeherrschung und Herrschaft über andere werden mit dem gleichen Maß gemessen.

Aus dieser Sichtweise heraus werden die Natur des Menschen und die Politik des Staates miteinander verglichen. Die staatliche Gesetzgebung und Überwachung ist begründet in der Erhaltung des Staates. Der Staat, der bezüglich seiner inneren Angelegenheiten nicht herrscht, kann nicht bestehen, er wird leicht eingenommen werden, beherrscht werden.

Die Diätetik gilt der Ausbildung des freien Menschen, der der Polis von Nutzen sein kann. Die Macht über sich selbst ist die Strategie, die die Macht über andere nicht zur Tyrannei verkommen lässt.

Und so, wie der Staat sich auf den Kriegsfall vorbereitet, für den Kampf gerüstet sein muss, so muss auch der Staatsmann geübt sein im Kampf gegen die Kräfte der Begehren und Vergnügen.

Noch einmal ist hervorzuheben, dass es nicht darum geht, Begehren oder Vergnügen zu vernichten, auszulöschen. Es geht darum, von Begehren oder Vergnügen nicht beherrscht zu werden. Die Übung dient dazu, sich im Kampf gegen die Begehren zu üben, indem man sich diesen bewusst, etwa im Spiel, aussetzt. Besonders drastisch wird diese Strategie in der spartanischen Erziehung „in der man den Kindern beibringt, den Hunger auszuhalten, indem man die Nahrung rationiert, die Kälte zu ertragen, indem man ihnen nur ein Gewand gibt, das Leiden zu ertragen, indem man sie körperlichen Züchtigungen

aussetzt, wie man ihnen auch die Enthaltung beibringt, indem man ihnen größte Bescheidenheit auferlegt“ (Foucault, GdL, S.99). Es geht hier also nicht um Strafen, die zum Gehorsam erziehen sollen, sondern um Übungen, die zur Kampfestüchtigkeit erziehen sollen.

Wer nun den Kampf im Verhältnis zu sich selbst beherrscht, der erlangt eine Freiheit in dem Sinne, dass er bestimmen kann. Die Freiheit, die hier entsteht, befähigt zur Praktik der Vernunft. Gemeint ist „die Ausübung des *logos*“ (Foucault, GdL, S.116), die Konstitution seiner selber als Subjekt der Erkenntnis. Das Individuum erfährt im Verhältnis zu seinem Körper sich selbst als erkennendes Wesen. Im Verhältnis zur Wahrheit definiert die Diätetik der griechischen Antike ihre Vollendung. Foucault spricht von der Ästhetik der Existenz, von „Stilisierungen“; die Diätetik „als Kunst des Verhältnisses des Individuums zu seinem Körper“ (GdL, S.123).

3.5 Der Körper und die Lebenskunst

Im Kapitel 3.1 (Die Diätetik) wurde von der Hippokratischen Medizin und dem aus ihr heraus entstandenen „Corpus Hippocraticum“ geschrieben. Dabei ist auf die darin enthaltene Aufzählung der Elemente der Diätetik, die „sex res non naturales“ eingegangen worden. Nun gilt es, diese Elemente im Kontext der Behandlungsstrategien zu betrachten, die im voranstehenden Kapitel herausgearbeitet wurden.

Die Diätetik ist ausschließlich als die Behandlung von Gesundheit zu verstehen. Es geht in der Diätetik nicht darum, pathologische Abweichungen zu erkennen und als solche zu unterbinden. Unabhängig von Pathologien geht es darum, die Gesundheit zu regulieren. Diese Gesundheitsfürsorge betrifft die Sorge um das Verhältnis seiner selber zu sich.

In der Bezeichnung „res non naturales“ wird bereits deutlich, dass in der Diätetik genau das Behandlungsgegenstand ist, was dem Menschen seine Sonderstellung gegenüber der Natur verschafft. Foucault entdeckt zwei verschiedene Richtungen (GdL, S.129 f.), die sich jedoch beide auf diese Unterscheidung von Natur und Mensch beziehen.

Im „Corpus Hippocraticum“ wird die Diätetik als erste Medizin bezeichnet, der alle anderen Formen der Medizin folgen. Denn, wie bereits in Kapitel 3.1 (Die Diätetik) beschrieben, es ist am naheliegendsten, die unbedingten Lebensvoraussetzungen zu behandeln, die „res non naturales“. So wird beispielsweise die Nahrung nicht mehr den Tieren gleich in unbehandelter Form aufgenommen, sondern der Gesundheit zuträgli-

cher gemacht, indem sie gegart wird. Die Diätetik wird hier also beschrieben als die Grundlage menschlicher Kultivierung.

Die zweite Sichtweise findet Foucault bei Platon, der in der Diätetik eher das Ergebnis menschlicher Kultivierung sieht. Weil die Menschen ein von der Natur immer entfernteres Leben führen, bedarf dieses Leben der besonderen Behandlung. Denn es entstehen Krankheiten, die allein auf die Lebensweise zurückzuführen sind. Heute würde man von den sogenannten Zivilisationskrankheiten sprechen.³⁰

Doch die Diätetik bedeutet für beide dieser verschiedenen Herangehensweisen ein und dasselbe: „eine Problematisierung des Verhaltens im Hinblick auf eine Natur, die man zu bewahren und der man sich anzupassen hat. Die Diätetik ist eine ganze Lebenskunst.“ (Foucault, GdL, S.131).

Und so behandelt die Diätetik auch lückenlos den gesamten Tagesablauf. Jede Handlung unterliegt dabei bestimmten Empfehlungen, immer in Bezugnahme auf die Umstände, in der sie sich vollzieht: bezogen auf das Umfeld, auf die Jahreszeit, auf die Tageszeit, auf das Lebensalter und auf die vorausgegangenen und die darauffolgenden Handlungen. Alle diese Beziehungen gilt es zu berücksichtigen. Sie sind maßgebend für das richtige Maß an Licht, Luft, Nahrung, Übung, Arbeit, Ruhe, sexueller Betätigung. Diese Regulierung beruht nicht auf einen festgelegten Regelcode, sie ist auf Variabilität und Flexibilität hin angelegt. Die Diätetik basiert auf der Problematisierung des Verhältnisses seiner selber zu sich. Sie ist eine Technik, zu deren Anwendung man befähigt sein muss.

Deshalb ist die körperliche Gesundheit nicht alleiniges Ziel der Diätetik. Körperliche Gesundheit und Weisheit bedingen sich einander. Es ist eine geistige Fähigkeit, nach den Regeln der Diätetik ein körperlich gesundes Leben führen zu können. Der gesunde Körper wiederum ermöglicht im Gegenzug eine zur Weisheit führende Lebensweise.

Wird die Diätetik hingegen nur um ihrer selbst willen betrieben, also nur mit dem Ziel körperlicher Gesundheit, können von ihr durchaus auch Gefahren ausgehen. Hier findet Foucault wiederum bei Platon zwei Extreme beschrieben (GdL, S.135). Zum einen sind es die Exzesse der Athleten, bei denen durch die Übertreibung der Übungen die Überentwicklung des Körpers mit einer Unterentwicklung des Geistes einhergehen kann.

³⁰ Was bereits bei Platon formuliert ist, wird im Zuge der Erforschung von Risikofaktoren wieder diskutiert. Schaefer schreibt dazu: „Wir müßten sozusagen, um gesund zu leben, ein Verhalten und eine soziale Umwelt wiederherstellen, welche die Menschen durch Kultur und Zivilisation verloren haben. [...] Da das Individuum seine Gesellschaft selten verändern kann, liegt der Nachdruck des Gesundheitsverhaltens darin, sich den gesellschaftlichen Verhältnissen, soweit man sie nicht ändern kann, anzupassen.“ (1993, S.64).

Zum anderen kann die übertriebene Sorge um den Körper auch dazu führen, sich selber krank zu machen. Das Phänomen des Hypochonders ist also bereits in der Antike bekannt.

Wenn das Verhältnis zum Körper problematisiert wird, dann nicht allein um des Körpers willen, sondern um ein glückliches und nützliches Leben zu erlangen. Hier zeigt sich noch einmal deutlich der Charakter der Gesundheitsbehandlung. Es geht darum, in der Beziehung zum Körper den Lebenssinn zu festigen.

Dass die antike Diätetik diesen hohen Anspruch vertreten kann, gründet in ihrer Flexibilität. Sie bietet „eine Anleitung, um auf die mannigfachen Situationen, in die man geraten kann, zu reagieren; eine Orientierung, um sein Verhalten den Umständen anzupassen.“ (Foucault, GdL, S.138).

Der Unterschied, den es zwischen der Behandlung von Gesundheit und der Behandlung von Krankheit gibt, wird in der Antike besonders deutlich festgehalten: „Während die Medikamente und die Operationen auf den Körper einwirken, der sie erleidet, wendet sich die Diät an die Seele und schärft ihr Prinzipien ein.“ (Foucault, GdL, S.139).

Dieses Einschärfen kann nicht in Form eines Diktats geschehen. Die Vermittlung dessen, was die Diätetik an Wissen bereithält, ist nur die Grundlage für die eigentliche Leistung der Diätetik. Man könnte von der „Denkleistung“ sprechen. Das Wissen muss sich auf der Verstandesebene entfalten. Im Kapitel 3.4 (Prinzipien einer Gesundheitsbehandlung) war bereits vom Erkenntnissubjekt die Rede. Die Problematisierung des Verhältnisses zum Körper wird in der Konstitution seiner selber als Subjekt zur Ästhetik der Existenz, wie Foucault es nennt. Die Arbeit des Subjekts an sich selber lässt die Diätetik erst zu einer Lebenskunst werden.

Wie diese Arbeit ganz praktisch aussehen kann, zeigt Foucault anhand einer Anweisung, die Sokrates seinen Schülern gibt. Sie sollen sich täglich notieren, welche Nahrungsmittel und welche Übungen ihrer Gesundheit am zuträglichsten sind. Diese Beobachtung seiner selbst ist „eine Arbeit, die das Subjekt an sich selber zu vollziehen hat; dadurch wird er [der Körper] seine Autonomie erlangen können und mit Vorbedacht wählen können, was gut und schlecht ist: ‚Wenn ihr euch so beobachtet‘, sagt Sokrates zu seinen Schülern, ‚werdet ihr schwerlich einen Arzt finden, der besser als ihr entscheidet, was euch für eure Gesundheit nützt.‘“ (Foucault, GdL, S.140).

Hier lassen sich bereits erste Anzeichen für einen Übergang von der Schrift als ein reines Gebrauchsmedium hin zur Schrift als ein Darstellungsmedium erkennen. Die griechische Kultur ist zu Zeiten Sokrates und auch noch über die Zeit Platons hinaus zwar

mündlich geprägt. Doch bereits mit Platon und seinen Schriften über Sokrates wird die Epoche einer schriftlichen Kultur vorbereitet. „In Platons Schriften trat an die Stelle des Dialogs der literarische Scheindialog.“ (Foucault, TdS, S.37), diese Entwicklung setzte sich fort: „Im hellenistischen Zeitalter verbündete sich die Sorge um sich selbst mit unablässiger Schreibtätigkeit.“ „Zu den wichtigsten Praktiken der Sorge um sich selbst gehörte es, daß man Aufzeichnungen über sich selbst machte, in der Absicht, sie später einmal wieder zu lesen; daß man Abhandlungen und Briefe an Freunde schickte, die ihnen helfen sollten; daß man Tagebuch führte, um die Wahrheiten, deren man bedurfte, für sich selbst reaktivieren zu können.“ (Foucault, TdS, S. 38 f.).

Hier lässt sich bereits die Bedeutung erkennen, die Medien für den Zusammenhang zwischen Behandlung von Gesundheit und Beobachtung seiner selbst bekommen. In den folgenden Kapiteln werden die Massenmedien diesbezüglich untersucht.³¹

³¹ Der Wechsel von einer mündlich geprägten zu einer schriftlich geprägten Kultur beginnt bereits in der Zeit der antiken Diätetik. Heute, in einer massenmedial geprägten Kultur lässt sich ein erneuter Wechsel feststellen, und zwar hin zu einer neuen Oralität (dazu: Eric A. Havelock, Preface to Plato; Walter J. Ong, Oralität und Literalität. Die Technologisierung des Wortes). Die Verbindung von Massenmedien und Diätetik ließe sich auch im Hinblick auf diesen Zusammenhang untersuchen.