

**MENS SANA IN CORPORE SANO**  
**Spirituelle Dimensionen/Perspektiven des Heilens**

von

*Arnold Mettnitzer*

*zur Eröffnung*

*der Jahrestagung der Österreichischen Gesellschaft für Anästhesiologie,  
Reanimation und Intensivmedizin*

*am 13. September 2012*

*in Klagenfurt*

*„Mens sana in corpore sano“: Der geflügelte Satz aus den Satiren des römischen Dichters Decimus Junius Juvenalis<sup>1</sup> lässt zu schnell verstanden darauf schließen, dass in einem gesunden Körper auch ein gesunder Geist wohnen müsse oder aber umgekehrt, dass ein gesunder Geist auch einen gesunden Körper verlangt, so als wäre beides das machbare Produkt menschlicher Tüchtigkeit, das Ergebnis einer genau kalkulierbaren Leistung. So oder so ähnlich erklärt sich dann wohl auch eine internationale Handelsmarke von Laufschuhen, deren Name sich aus den Initialen des Satzes „anima sana in corpore sano“ zusammensetzt.*

*Nichts allerdings von alledem findet sich bei Juvenal. Er geht in seiner 10. Satire<sup>2</sup> der Frage nach, ob es sich lohne, zu den Göttern zu beten und sie um etwas zu bitten und gibt seinen Lesern den Rat, beim Beten um nichts Konkretes zu bitten und die Gottheiten selbst abwägen zu lassen, was für die Menschen gut und ihrem Leben dienlich wäre. Statt des Angenehmen, um das die Menschen in der Regel zu beten*

---

<sup>1</sup> Decimus Junius Juvenalis, römischer Schriftsteller, seine genauen Lebensdaten sind nicht bekannt, \* um 60-58 v. Chr., +130-138 n.Chr. Von Juvenal sind 16 Satiren (*saturae*) zu verschiedenen Themen überliefert, die einen Einblick in das Alltagsleben der Römer zur Zeit Domitians bieten. Die Echtheit einiger dieser Werke wurde zeitweise bezweifelt, gelten aber heute eher wieder als gesichert.

<sup>2</sup> Juvenal, Sat.X 356, in: (Joachim Adamietz, 1993, S. 228-229)

*gewohnt seien, würden die Götter ihnen nämlich das Geeignetste schenken, denn der Mensch läge den Göttern mehr am Herzen als der Mensch sich selbst.*

*Und dann sagt er: „Solltest du dennoch etwas verlangen und den Heiligtümern Eingeweide geloben und gottgeweihte Würstchen vom weißen Schwein, so musst du beten um einen gesunden Verstand in einem gesunden Körper:*

*Orandum es ut sit mens sana in corpore sano.“*

*Nach Juvenal wird ein Mensch seinem Leben in erster Linie dadurch gerecht, dass er es in himmlischer Gelassenheit als Gegebenes und Geschenktes annehmen kann. Nicht die eigene Leistung steht im Vordergrund, sondern das Vertrauen auf die Götter, weil sie besser als der Mensch selbst wissen, was er zum Leben braucht. In seelischer Not aber beginnt solche Gelassenheit zu bröckeln, die Zuversicht zu schwinden und der Zweifel zu wachsen, ob die Götter tatsächlich das Geeignetste schenken. Hier liegt der Ursprung des Betens, das sich zunächst in Bitte und Klage artikuliert. Wenn nichts mehr so ist, wie es einmal war, wenn himmlische Unbekümmertheit konkretem Kummer weicht, dann lehrt Not beten, wie der Volksmund sagt.*

*„Beten“, lat. „orare“, bedeutet dabei nichts anderes als „den Mund auf tun“ und zur Sprache bringen, was im Innersten des Menschen vor sich geht. Erst wenn ein Mensch zu reden beginnt, erst wenn er sich im Vertrauen einem anderen Menschen gegenüber öffnet und kundtut, was in seinem Innersten vor sich geht, bekommt seine Persönlichkeit Kontur. „Sprich, damit ich dich sehe!“ – soll Sokrates seinen schüchternen Schülern zugerufen haben. Wer zu sagen versteht, wie es um sein Innerstes steht, teilt sich nicht nur mit, er teilt damit auch seine Angst und Sorge und macht dabei vielleicht auch schon die erste wohltuend lindernde Erfahrung, dass „geteiltes Leid halbes Leid“ sein kann.*

*Aber so ganz einfach will/mag das auf Anhieb nicht immer gelingen, weil gedacht noch nicht gesagt ist, gesagt noch nicht gehört, gehört noch nicht verstanden und verstanden noch nicht „einverstanden“ bedeuten muss. Der komplexe und lange Weg vom gedachten Gedanken bis hin zum Einverständnis kennt viele Stolpersteine, weil unsere Sprache als Brücke zum Du gleichzeitig immer auch zur Quelle der Missverständnisse werden kann. Ein Mensch in helfenden Berufen muss um diese Stolpersteine wissen und immer wieder auch damit rechnen, in die*

*psychokriminologische Dynamik solcher Missverständnisse hineinzugeraten. Nur dadurch, dass sich der Mensch, dem er sich zuwendet, eingeladen und ermutigt fühlt, den Mund aufzutun und seine Not ins Wort zu bringen, bekommt er eine Ahnung davon, welche Wahrheit in ihm steckt und sich in dessen ungeübter Sprache bisher noch nicht zu artikulieren vermochte. Oft allerdings versteckt sich diese Wahrheit nicht nur hinter ungeübter Sprache, sondern viel gefinkelter noch hinter der paradoxen Intention, in der ein Patient vom Gegenteil dessen zu sprechen beginnt, was ihn innerlich beschäftigt, wie das Peter Turrini in seinem Gedicht „Das Nein“<sup>3</sup> meisterhaft zum Ausdruck bringt:*

*Das Nein  
das ich endlich sagen will  
ist hundertmal gedacht  
still formuliert  
nie ausgesprochen.*

*Es brennt mir im Magen  
nimmt mir den Atem  
wird zwischen meinen Zähnen zermalmt  
und verläßt  
als freundliches Ja  
meinen Mund.*

*„Zuerst heile mit dem Wort!“ – So lautet das oberste Prinzip des Asklepios. Das erste Medikament des Menschen ist demnach das Wort, durch das er seine Bedürftigkeit zur Sprache bringen kann. Heilsam wird dieses Wort aber nur dann wirken können, wenn es über seinen deskriptiven und normativen Charakter hinaus als Kunst verstanden und praktiziert wird, einen Menschen zu kurieren, ihn damit so zu berühren, dass er sich ermutigt weiß, seinerseits das zur Sprache zu bringen, was in ihm darauf wartet, endlich an- und ausgesprochen zu werden.*

---

<sup>3</sup> (Silke Hassler, 2002, S. 12)

*Das Eingeständnis der Bedürftigkeit und das „Aufeinander-Angewiesen-Bleiben“ sind dabei die wesentlichen Koordinaten menschlicher Heilkunst und der Grund dafür, warum der Mensch sich immer wieder im besten Sinne des Wortes in die „Behandlung“ anderer Menschen begeben wird. Die Grundhaltung, aus der heraus das zu leisten ist, heißt „Demut“, Mut zum „Dienen“, lat. humilitas, eine Haltung also, die sich dem humus, dem Boden, dem Umfeld verpflichtet weiß, auf dem der zu Behandelnde steht. Nur so wird ein Mensch den anderen Menschen **wahrnehmen**, einen bestimmten Teil seiner Wahrheit als zu seinem Wesen gehörend erkennen und ihm dadurch helfen können.*

*Wenn in diesem Zusammenhang von „Spiritualität“ geredet wird und ich im Titel meines Beitrages von den „spirituellen Dimensionen/Perspektiven des Heilens“ rede, dann ist damit nichts Abgehobenes gemeint, das von außen dem Heilungsprozess hinzugefügt werden müsste. Spiritualität meint zunächst und zuallererst im ursprünglichsten Sinn des Wortes „Hauchen“, „Atmen“, lat. „spirare“, das also, was uns als Lebewesen miteinander verbindet. Mit „Sprechen“ ist so verstanden zunächst nur „hörbar gemachte Atmung“ gemeint, die in ihrem Grundton „Spiritus“ ist, Geist, der heilen oder aber auch zerstören kann. In diesem Geist, mit diesem Atem hauchen wir einander an, reden wir miteinander oder aber aneinander vorbei. Und gerade das entscheidet darüber, ob uns etwas ans Herz rührt, ob es berührt, aufbaut oder kränkt. Und wenn es uns zu sehr und zu lange kränkt, werden wir davon auch körperlich krank.*

*Wir atmen und mit diesem Atem sorgen wir auch dafür, dass wir uns mitteilen, was in unserem Innersten vor sich geht. Die Grundäußerungen dieses „hörbar gemachten Atmens“ sind Bitten und Danken, Klagen und Loben. Es ist kein wesentlicher Unterschied, ob dieses Wort als hörbar gemachter Atem im intimen Gespräch unter Vertrauten, im Behandlungszimmer, in der therapeutischen Praxis oder im Tempel beim Gottesdienst aus dem Mund des Menschen kommt. Immer wird es geschehen vor allem aus dem Bedürfnis, Bitte und Danke zu sagen, ein Lob zu singen oder Klage zu führen. Wenn eine so verstandene Dimension des „Betens“ auf den verschiedenen Ebenen des Alltags verstummt, wird auch die Sprache im Behandlungszimmer darunter leiden.*

*Ohne den Raum für das Wort, ohne Gespür für den Klang hinter den Worten und zwischen den Zeilen, ohne die Sorge um das Befinden in alleiniger Konzentration auf den Befund wird aus jeder Kur die Dressur und aus dem heilenden Wort ein Kommando. Das entscheidende Kriterium der menschlichen Kommunikation ist demnach nicht Grammatik und Satzbau, sondern der Grundton hinter den Worten und zwischen den Zeilen.*

**Spiritualität** hat demnach nicht nur mit Kommunikation zu tun, sie **ist die Grunddimension aller Kommunikation** und bezieht sich daher auf alle Ebenen des Lebendigen. Spiritualität kümmert sich um die Sprachbrücke des Herzens zwischen Ich und Du und weiß deshalb auch, wie viel Mühe und Geduld es braucht, sich auf den Kammerton eines anderen Menschen einzustellen, um eine Ahnung davon zu erhalten, wie es um sein Innerstes bestellt ist. Dazu braucht es eine behutsame Sprache, eine Liebe zu den Menschen und, wie das Rainer Maria Rilke in einem seiner Gedichte zum Ausdruck bringt, eine Leidenschaft, die Dinge zum Klingen zu bringen:

*Ich fürchte mich so vor der Menschen Wort.*

*Sie sprechen alles so deutlich aus:*

*Und dieses heißt Hund und jenes heißt Haus,  
und hier ist Beginn und das Ende ist dort.*

*Mich bangt auch ihr Sinn, ihr Spiel mit dem Spott,  
sie wissen alles, was wird und war;  
kein Berg ist ihnen mehr wunderbar;  
ihr Garten und Gut grenzt grade an Gott.*

*Ich will immer warnen und wehren: Bleibt fern.*

*Die Dinge singen hör' ich so gern.*

*Ihr rührt sie an: sie sind starr und stumm.*

*Ihr bringt mir alle die Dinge um.*

*Spiritualität kann so betrachtet vielleicht als die Kunst verstanden werden, mit unserer Sprache Menschen zu berühren und dabei die von uns benannten Dinge zum Klingen zu bringen. In jedem Fall aber ist Spiritualität die Kunst, in der ein Mensch sich dem anderen Menschen als Mensch erweist, wie das Susanne Hennemann in ihrem Gedicht „Ein Mensch“<sup>4</sup> zum Ausdruck bringt:*

*Da findet man einen Menschen  
der ein Mensch ist  
ein Mensch bleibt  
und die Menschen für Menschen hält  
weil er ein Mensch ist  
Unfaßbar  
so ein Mensch*

## **Literaturverzeichnis**

- Hans Kruppa, H. (1984). *Wo liegt euer Lächeln begraben. Gedichte gegen den Frust*. Frankfurt am Main: Fischer Taschenbuch.
- Joachim Adamietz, H. (1993). *Juvenal. Satiren. Lateinisch - Deutsch (Sammlung Tusculum)*. München - Zürich: Artemis & Winkler.
- Rilke, R. M. (1995). *Die Gedichte*. Frankfurt am Main: Insel Verlag.
- Silke Hassler, H. (2002). *Peter Turrini. Ein paar Schritte zurück. Gedichte*. Frankfurt am Main: Suhrkamp Verlag.

---

<sup>4</sup> (Hans Kruppa, 1984, S. 61)