



www.inter-uni.net > Forschung

Vergleich der Gesundheitslehre der Hildegard von Bingen mit dem Konzept der Salutogenese von Aaron Antonovsky

Zusammenfassung der Arbeit (redaktionell bearbeitet)

Daniela Fladung, mit Elke Mesenholl-Strehler
Interuniversitäres Kolleg (college@inter-uni.net) 2007

Einleitung

„Hoffnung ist nicht die Überzeugung, dass etwas gut ausgeht, sondern die Gewissheit, dass etwas Sinn hat, egal wie es ausgeht“ schreibt der zeitgenössische tschechische Schriftsteller Václav Havel (geb. 1936) und ehemalige Präsident der tschechischen Republik. Die französische Philosophin Simone Weil (1909-1943) vertrat die Ansicht „Die Entwurzelung ist bei weitem die gefährlichste Krankheit der menschlichen Gesellschaft. Wer entwurzelt ist, entwurzelt. Wer verwurzelt ist, entwurzelt nicht. Die Verwurzelung ist vielleicht das wichtigste und meistverkannte Bedürfnis der menschlichen Seele.“ Die Zeitschrift PSYCHOLOGIE HEUTE notiert: „Dauerstress schwächt Kohärenz und Lebensmut“ und ebenso kann in der selben Juni-Ausgabe in diesem Jahr gelesen werden: „Was Psyche und Körper stark macht“. Weiter heißt es dort: „Der Begriff 'Salutogenese' hat eine gewisse Karriere gemacht und älteren Begriffen wie 'Psychosomatik' fast den Rang abgelaufen. Salutogenese umschreibt die psychischen Schutzfaktoren, die den Menschen widerstandsfähig machen gegen seelische und körperliche Erkrankungsrisiken.“ (BASTIAN, Psychologie Heute, Heft 6, Juni 2007, S. 68-73).

Diese doch sehr unterschiedlichen Zitate haben einen gemeinsamen Nenner: Die Feststellung, dass es für Menschen wichtig ist, einen Sinn zu sehen oder sich eingebunden zu fühlen, also verwurzelt zu sein. Dieses und noch mehr mündet im Begriff der 'Salutogenese', wie er in der PSYCHOLOGIE HEUTE Verwendung findet und auf den im Verlauf dieser Arbeit weiter eingegangen werden soll. Des Weiteren soll auf das Verständnis von Gesundheit bei der Äbtissin und Heilkundigen aus dem 12. Jahrhundert, Hildegard von Bingen, eingegangen werden.

In der vorliegenden Arbeit soll ihr Verständnis von Gesundheit und Krankheit für heute lebende und handelnde Menschen zugänglich gemacht werden. Um das zu erreichen, soll das Konzept der Salutogenese von Aaron Antonovsky eine Vergleichsmöglichkeit bieten.

Bei der Beschäftigung mit Hildegard von Bingen ist zu beachten, dass es zwar sehr viel Literatur über sie gibt, diese aber durch verschiedene „Hildegard-Wellen“ hervorgebracht wurden und es oftmals an

Neutralität oder klarer Information missen lassen. So konzentrieren sich die Autoren auf ein Thema, beispielsweise „Heilfasten nach Hildegard von Bingen“ (REUTTER, 2006), vernachlässigen dabei aber häufig ihren Denkansatz als Hintergrundinformation oder nutzen Hildegard von Bingen als Projektionsfläche für eigene Ideen wie beispielsweise in „Heilsteine und Lebensrhythmen. Nach der Edelsteinuhr der Hildegard von Bingen“ (GIENGER, 2005). So entsteht der Eindruck, Hildegard-Kuren seien in ihrem Sinne erfolgreich durchführbar und von ihrem Denkansatz völlig ablösbar.

Um Hildegard von Bingen inhaltlich und strukturell besser verstehen zu können, wird zu Beginn auf ihre Biographie sowie den historischen Kontext eingegangen. Hier erweist es sich als schwierig, neutrale Fakten zusammenzutragen, da zwischen ihrem Tod und heute fast eintausend Jahre vergangen sind und bereits ihre ersten Biographen ein Bild erzeugten, was an vielen Stellen stärker in die Vorstellung über Hildegard von Bingen passt, als zu ihrer Person, also eher den Topoi lateinisch-mittelalterlichen Heiligenviten folgt, als denen einer Biographie. Aus diesem Grund hat die Autorin dieser Thesis unterschiedliche Verfasser vergleichend gelesen sowie umfangreiche Hintergrundinformationen zusammengetragen und sich bezüglich des Inhaltes ihrer Gesundheitslehre konsequent auf das Werk „Causae et curae“ der Hildegard von Bingen bezogen.

Eine Arbeit, die den ganzheitlichen Aspekt des Wirkens der Hildegard von Bingen hervorheben soll, bedarf einer Folie in den modernen Gesundheitswissenschaften, auf deren Hintergrund sie deutlicher wird. Als eine solche Folie soll hier das Konzept der Salutogenese des israelischen Medizinsoziologen US-amerikanischen Ursprungs, Aaron Antonovsky, dienen.

Auch bei Antonovsky wird auf seine Biographie sowie den Kontext, in welchem er lebte und forschte, eingegangen, wobei sich dies natürlich im Gegensatz zu Hildegard von Bingen allein aufgrund seiner Aktualität leichter darstellt.

Theorie

In diesem Kapitel soll damit begonnen werden, die Salutogenese und den sense of coherence (das Kohärenzgefühl) – das Konzept des Aaron Antonovsky – zu erläutern. Die Salutogenese ist ein Modell zur Gesundheit, das hauptsächlich auf dem von Antonovsky so bezeichneten sense of coherence (SOC) basiert. Eine zentrale Rolle spielt dabei der Zusammenhang zwischen dem Gesundheits-Krankheits-Kontinuum, Stressoren und Spannungszuständen sowie generalisierten Widerstandsressourcen und Widerstandsdefiziten. Sein Versuch, Gesundheit und Krankheit zu erklären – wobei der Blick weg von krank machenden Faktoren hin auf die Gesundheit gelenkt werden soll – stellt eine Art kopernikanische Wende dar. Gesundheit ist dabei niemals statisch und wird individuell unterschiedlich erlebt. Sinngemäß fragt er: Was führt dazu, dass manche Menschen gesünder sind als andere? Dabei soll detailliert auf die Wurzeln des Konzepts bei Lazarus, Piaget und andere eingegangen werden. Abgeschlossen werden soll der Abschnitt über das Kohärenzgefühl mit der Frage nach der aktuellen Bedeutung und Umsetzung dieses Konzepts. Das Modell Antonovskys wurde gezielt ausgewählt, da strukturanaloge Ansätze zur Gesundheitslehre der Hildegard von Bingen zunächst arbeitshypothetisch für gegeben angesehen wurden.

Fortgesetzt wird das Kapitel der theoretischen Hintergründe der heilkundlichen Schrift Hildegard von Bingens. Bei dieser Frau des Mittelalters muss ihre Denktradition in Betracht gezogen werden, welche in der Patristik, der Tradition der Kirchenväter, verwurzelt ist. Konstitutiv für ihr Denken erweisen

sich weiterhin die Benediktsregel und die Bibel. Auch soll die heilkundliche Tradition Galens vorgestellt werden, in der sie sich befindet.

Hierbei waren neben den bekannten Veröffentlichungen von Heinrich Schipperges die aktuellen Schriften von Laurence Moulinier-Brogi sehr hilfreich.

Der Medizinhistoriker Schipperges ist bekannt für seine grundlegenden Arbeiten über Hildegard von Bingen und die französische Mediävistin Moulinier-Brogi ergänzt sehr gut mit neuen Erkenntnissen der aktuellen Hildegard-Forschung.

Eine Analyse des Buches „Causae et curae“ macht deutlich, wie sehr Hildegards Weltbild vom christlichen Glauben geprägt ist. Ausgehend von diesem Einblick in ihre Gedankenentwicklung, werden die Grenzen erfasst, welche der Gesundheitslehre der Hildegard von Bingen gesetzt sind. Das Ziel ist, Stärken und Schwächen dieser Auffassungen über Gesundheit und Krankheit zu verdeutlichen und Hindernisse aufzuzeigen, die einer Übernahme dieser Ansichten entgegen stehen.

Wenn dies aber das Ziel sein soll, stellt sich die Frage, welches Ergebnis ein Vergleich beider Ansätze zeitigen würde. Die Forschungsfrage lautet also:

Zu welchen Ergebnissen kommt ein Vergleich der Gesundheitslehre der Hildegard von Bingen mit dem Konzept der Salutogenese des Aaron Antonovsky?

Methodik

Methodisch wird mit zwei voneinander unabhängigen Verfahren gearbeitet. Am Beginn steht die Definition des sense of coherence, wie sie Antonovsky liefert, und ihre Erweiterung mit adäquaten Beispielen. Mit diesem Wissen soll anhand einer Inhaltsanalyse, der typisierenden Strukturierung nach Philipp Mayring, das Werk „Heilwissen: von den Ursachen und der Behandlung von Krankheiten. Causae et curae“ der Hildegard von Bingen nach der Übersetzung Heinrich Schipperges ausgewertet werden. Danach findet ein Vergleich der aufschlussreichsten Textstellen aus „Causae et curae“ mit den wichtigsten Aspekten von Antonovskys Konzept statt. Um die Hintergründe zu analysieren, wurden unterschiedliche psychologische, philosophische, soziologische und religiöse Nachschlagewerke sowie biographische Arbeiten über Hildegard von Bingen studiert.

Bei der Literaturlauswahl von Hildegard von Bingen stellten sich Probleme, auf die im weiteren Text nochmals eingegangen wird und bei denen es häufig nicht in der Macht der Autorin lag, diese zu beheben.

Ergebnisse

Um eine größere Übersicht zu gewährleisten, sollen in diesem Kapitel Strukturanalogien und Differenzen in nachfolgender Tabelle zusammengefasst und mit als einschlägig angesehenen Zitaten belegt werden. Zusätzlich wird in jeder Tabellenzeile vorab eine stichwortartige Zusammenfassung gegenüber gestellt.

Wie in der folgenden Übersicht deutlich werden soll, gibt es eine Übereinstimmung in grundsätzlichen Annahmen der beiden Autoren. Was weniger über Schlüsselstellen des Textes nachweisbar ist, aber kontextuell deutlich wird, ist der grundsätzliche Unterschied in der Denkart und der Begründungsführung. Antonovsky zieht seine Schlüsse aus langjähriger wissenschaftlicher Tätigkeit. Seine Beweisführung ist logisch und stringent, sein Argumentationsgang aufeinander aufbauend.

Hildegard von Bingen denkt in Bildern, Kreisläufen und einem starken Zusammenhang von Mikrokosmos und Makrokosmos sowie religiösen Traditionen. Ihr Argumentationsgang hat wenig mit heutigen wissenschaftlichen Maßstäben von Empirie, Reproduzierbarkeit und abstrakter Reflexion zu tun, sondern läuft häufig auf eine Bestätigung persönlicher Erfahrungen und medizinischer Traditionen hinaus, welche sie religiös deutend in ein ganzheitlich-kosmologisches Weltbild einfügt. Wie später im Text noch intensiver auszuführen sein wird, stellt es nicht zu verachtende Schwierigkeiten dar, sich erst auf die bildhaften, redundanten und sich teilweise wiederholenden Beschreibungen in der obsoleten Sprache Hildegards einzulassen, um sie dann schrittweise zu analysieren und in die heutige Sprache zu übertragen.

Folgender tabellarischer Vergleich zeigt die essentiellen Aussagen beider Autoren mit ihren Ähnlichkeiten und Unterschieden auf:

Ansichten Hildegard von Bingens	Ansichten Aaron Antonovskys
ÄHNLICHKEITEN	
<p>Mensch besteht aus Leib-Seele-Einheit <i>„Die Seele wurde als Hauch in den Körper gesandt; sie ist von Gott geschickt ...“</i></p>	<p>Mensch besteht aus psychischen und physischen Anteilen <i>„... dass das SOC-Konzept sich nicht nur auf die psychologische Ebene anwenden lässt, sondern auch auf verschiedene Organsysteme und sogar den Organismus als System selbst ...“</i></p>
<p>Vorhersagbare Situationen <i>„Gleichwohl vermag des Menschen Seele, da sie aus Gott stammt, mitunter wahre und zukünftige Dinge zu sehen, dieweil ihr Leib schläft; sie erkennt was dem Menschen künftig bevorsteht und was manchmal auch eintrifft.“</i></p>	<p>Vorhersagbare Stimuli (Verstehbarkeit) <i>„Die Person mit einem hohen Ausmaß an Verstehbarkeit geht davon aus, dass Stimuli, denen sie in Zukunft begegnet, vorhersagbar sein werden oder dass sie zumindest, sollten sie tatsächlich überraschend auftreten, eingeordnet und erklärt werden können.“</i></p>
<p>Gesundheit ist ein Zustand, der sich ständig verändert</p>	<p>Gesundheits-Krankheits-Kontinuum <i>„... dass das Kohärenzgefühl eine Hauptde-</i></p>

<p><i>„Gesundheit ist nur ein Grenzbegriff; sie ist nicht ein Faktum, das man hat, sondern eine Richtung, auf die man sich einstellt, ein Habitus, der sich ständig erneuert und überholt.“</i></p>	<p><i>terminante sowohl dafür ist, welche Position man auf dem Gesundheits-Krankheits-Kontinuum erhält, als auch dafür, dass man sich in Richtung des gesunden Pols bewegt.“</i></p>
<p>Mensch ist ein Geschöpf Gottes, von ihm gewollt und von ihm abhängig</p> <p><i>„Da Gott Adam erschuf, umstrahlte der Glanz der Gottheit die Lehm-Masse, aus der er geschaffen wurde.“ (VON BINGEN, übers. durch Schipperges, 1957, S. 99)</i></p> <p><i>„Der Kranke wird geheilt werden oder aber Gott will nicht, dass er gesund werde.“</i></p>	<p>Kohärenzgefühl</p> <p><i>„... bin ich davon überzeugt, dass das Kohärenzgefühl eine Hauptdeterminante sowohl dafür ist, welche Position man auf dem Gesundheits-Krankheits-Kontinuum erhält, als auch dafür, dass man sich in Richtung des gesunden Pols bewegt.“</i></p>
<p>Alles im rechten Maße durchführen</p> <p><i>„Wenn aber die Menschen auf dem rechten Wege sind und maßvoll das Gute wie auch das Böse verwirklichen, dann erfüllen sie ihre Aufgaben mit Gottes Gnade, wie immer es zum Nutzen des Menschen ist.“</i></p>	<p>Balance zwischen Über- und Unterforderung</p> <p><i>„Sind generalisierte Widerstandsressourcen vorhanden, die wiederholt konsistente Erfahrungen ermöglichen und die Einflussmöglichkeiten sowie eine Balance von Über- und Unterforderung beinhalten, dann entsteht mit der Zeit ein starkes Kohärenzgefühl.“</i></p>
<p>Handlungsmöglichkeiten stehen zur Verfügung</p> <p><i>„... soll das Heilmittel suchen, welches von Gott dagegen verordnet ist.“</i></p> <p><i>„Für die oben besprochenen Krankheiten sind von Gott die nachstehenden Heilmittel angewiesen worden ...“</i></p>	<p>Handhabbarkeit</p> <p><i>„Ich nannte diese zweite Komponente Handhabbarkeit und definierte sie formal als das Ausmaß, in dem man wahrnimmt, dass man geeignete Ressourcen zur Verfügung hat, um den Anforderungen zu begegnen, die von den Stimuli, mit denen man konfrontiert wird, ausgehen. „Zur Verfü-</i></p>

	<p><i>gung“ stehen Ressourcen, die man selbst unter Kontrolle hat oder solche, die von legitimierte anderen kontrolliert werden – vom Ehepartner ... Gott ... - von jemandem, auf den man zählen kann, jemandem, dem man vertraut.“</i></p>
<p>Prävention aufgrund genauer Anweisungen</p> <p><i>„Darum soll der Mensch nur mäßig fette und mäßig blutreiche Speisen essen, damit er sie zu einer guten und rechten Verdauung bei sich halten kann.“</i></p>	<p>Prävention aufgrund hohem SOC</p> <p><i>„Das heißt, dass sich Personen mit einem starken SOC unter ansonsten gleichbleibenden Bedingungen gesundheitlich adaptiver verhalten werden als solche mit einem schwachen SOC.“</i></p> <p><i>„Meine Hypothese ist somit, dass die Stärke des SOC direkte physiologische Konsequenzen hat und dadurch den Gesundheitsstatus beeinflusst.“ (beide Zitate: ANTONOVSKY, übers. durch Franke, 1997, S. 142)</i></p>
<p>UNTERSCHIEDE</p>	
<p>Mensch ist für Gott von Bedeutung</p> <p><i>„... und er will nicht mehr glauben, dass Gott noch ein Auge auf ihn hat.“</i></p>	<p>Etwas ist für den Menschen von Bedeutung (Bedeutsamkeit)</p> <p><i>„... das Ausmaß, in dem man das Leben als emotional sinnvoll empfindet: dass wenigstens einige der vom Leben gestellten Probleme und Anforderungen es wert sind, dass man Energie in sie investiert, dass man sich für sie einsetzt und sich ihnen verpflichtet, dass sie eher willkommene Herausforderungen sind als Lasten, die man gerne los wäre.“</i></p>

<p>Mensch und Umwelt bestehen aus vier Elementen, welche sich gegenseitig beeinflussen</p> <p><i>„In der eben geschilderten Weise lebt der Mensch aus den vier Säften, wie auch das Weltall aus den vier Elementen besteht.“</i></p> <p><i>„Wenn diese Elemente einmal nach Gottes Richterspruch ihre Schrecken in chaotischer Weise loslassen, bringen sie der Welt und den Menschen vielerlei Gefahren: ... Sie sollen je nach den Werken der Menschen ihre Wirklichkeit ausüben, weil sie von ihren Taten getroffen werden, da der Mensch mit ihnen und in ihnen wirkt.“</i></p>	<p>Prägung durch Kultur, soziale Schicht, Eltern, Lebensstil, alltägliche Lebensereignisse usw.</p> <p><i>„Ich brachte das SOC explizit mit der sozialen Klasse und gesellschaftlichen und historischen Bedingungen in Zusammenhang, die dadurch, dass sie die den Menschen zur Verfügung stehenden generalisierten Widerstandsressourcen determinieren, prototypische Erfahrungsmuster schaffen, die die Lokalisierung auf dem SOC-Kontinuum determinieren.“</i></p>
<p>Prävention aufgrund genauer Anweisungen</p> <p><i>„Darum soll der Mensch nur mäßig fette und mäßig blutreiche Speisen essen, damit er sie zu einer guten und rechten Verdauung bei sich halten kann.“</i></p>	<p>Prävention aufgrund hohem SOC</p> <p><i>„Das heißt, dass sich Personen mit einem starken SOC unter ansonsten gleichbleibenden Bedingungen gesundheitlich adaptiver verhalten werden als solche mit einem schwachen SOC.“</i></p> <p><i>„Meine Hypothese ist somit, dass die Stärke des SOC direkte physiologische Konsequenzen hat und dadurch den Gesundheitsstatus beeinflusst.“ (beide Zitate: ANTONOVSKY, übers. durch Franke, 1997, S. 142)</i></p>

Tab. 1: Tabellarische Gegenüberstellung grundsätzlicher Ansichten Hildegard von Bingen und Aaron Antonovskys. Kursiv gedruckte Passagen entsprechen Zitaten, deren korrekte Angabe sich bereits im Text befindet. Fett gedruckte Zeilen entsprechen kurzen Zusammenfassungen der Zitate. Wenn ein Zitat bei „Ähnlichkeiten“ sowie „Unterschiede“ vorkommt, so bedeutet diese Dopplung, dass bei einer allgemeinen Übereinstimmung trotzdem Unterschiede im Detail vorhanden sind oder umgekehrt.

Diskussion

Wie im weiteren Verlauf dieser Arbeit aufgeführt werden wird, hat Hildegard von Bingen selbst ihre Welt als kohärent erlebt, selbstverständlich ohne dass sie es so bezeichnet hätte. Daher ist zu erwarten, dass mit einer gewissen Wahrscheinlichkeit in ihrer Gesundheitslehre das Empfinden von Kohärenz eine Rolle spielen kann. Zentral stellt sich bei ihr die Einbettung des Menschen in die Schöpfung, mit allen seinen Voraussetzungen und Konsequenzen dar.

Die Gesundheitslehre der Hildegard von Bingen entspricht in weiten Teilen dem Konzept des sense of coherence des Aaron Antonovsky. Eine detaillierte Begründung dieser Aussage erfolgt auf den nächsten Seiten.

Unterschieden werden müssen beide Ansätze in ihrer Ausgangssituation, in den Details sowie der Argumentationsweise, in der Denkart und der Begründungsführung. Antonovsky zieht seine Schlüsse aus langjähriger wissenschaftlicher Tätigkeit. Seine Argumentation ist durchgängig begründet und nachvollziehbar. Hildegard von Bingen denkt in Bildern, Kreisläufen und – teilweise auch religiösen – Zusammenhängen. Ihr Argumentationsgang endet häufig in persönlichen Beobachtungen sowie Glaubensgrundsätzen.

Durch die wissenschaftliche Überprüfung der Gesundheitslehre Hildegard von Bingen stellt die Autorin dieser Thesis fest, dass ein Transfer weiterer medizinhistorischer Gesundheitstheorien mit einer nachfolgenden wissenschaftlichen und praktischen Fruchtbarmachung für den aktuellen Gesundheitsbetrieb bereichernd für diesen sein kann.