



Stiftung GRS  
Gesundheit Religiosität Spiritualität

## Spiritualität und Gesundheit

Zeitschrift der Stiftung für Gesundheit, Religiosität und Spiritualität

---

ISSN 2813-2956 Dezember 2022 | Jahrgang 01 | Heft 02



Schwerpunktthema

### Glaube und seelische Gesundheit

*Spiritualität und Religiosität in der Psychotherapie*  
*Religiöse, spirituelle und existenzielle Aspekte*  
*Wie hilfreich ist eine religiöse Anreicherung der Psychotherapie?*  
*„Du bist ein Gott, der mich sieht“*

*D. Hell*  
*P.J. Verhagen*  
*S. Pfeiffer*  
*H.A. Willberg*

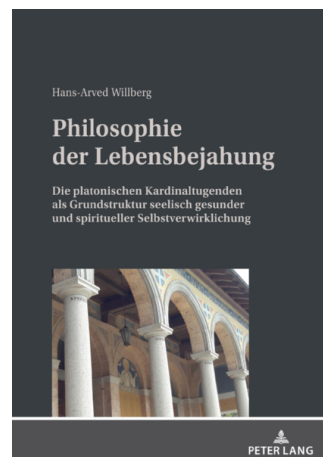
---

„Körperliches, psychisches, soziales und spirituelles Wohlergehen“ (WHO)

## Philosophie der Lebensbejahung

Die „Kardinaltugenden“ als Grundstruktur gesunder Selbstverwirklichung und Spiritualität

Daniel Hell problematisiert in seinem Beitrag dieses Heftes die Gleichsetzung von Gesundheit und Wohlbefinden, indem er fragt: „Gibt es nicht auch trotz Krankheit ein sinnerfülltes Leben? Und was trägt dazu bei?“ (Hell, 2022, S.15). Das heißt: Es sollte einen umfassenden Gesundheitsbegriff geben, der die Sinnperspektive ins Zentrum rückt. Peter Verhagen zeigt die Richtung der notwendigen Begriffserweiterung an, indem er auf die Positive Psychologie Bezug nimmt, um von dorther eine Definition von Gesundheit zu erreichen, die nicht auf den Gegensatz zur Krankheit beschränkt bleibt, sondern als „positive Gesundheit“ auf das Heranreifen von Persönlichkeitsstärken fokussiert ist (Verhagen, 2022). „Das Bemerkenswerte daran ist“, schreibt Verhagen, „dass offenbar auch Religion, Spiritua-



lität und Sinn in dieser Bewegung vom Beklagenswerten zur Stärke zählen oder zumindest Erwähnung finden. Das ist sicher eine Kehrtwende, weil lange Zeit Religion, Spiritualität (und Sinn) nicht als Teil der positiven Domäne eingeordnet wurden, sondern der negativen“ (ebd., S.9).

Einen wesentlichen Anteil an dieser Wende hatte die groß angelegte Untersuchung des interkulturellen, interreligiösen und interepochalen Befunds der je wahrgenommenen „Charakterstärken und Tugenden“ von Seligman und Peterson, aus dem sie ein Basismodell der Klassifikation seelischer Gesundheit ableiteten (Peterson & Seligman, 2004). Im Blick auf die Fragestellung des Verhältnisses von Spiritualität zu Gesundheit sind zwei Erkenntnisse dieses Surveys besonderes wichtig:

1. Für eine positive Begründung seelischer Gesundheit sind stets auch die spirituellen Aspekte der Selbstverwirklichung einbezogen, indem alle gesunde Selbstverwirklichung letztlich auf die gemeinschaftliche Verwirklichung der Liebe (und Gerechtigkeit) zielt und sich erst darin ganz erfüllt (vgl. meinen Artikel zur Jahreslosung in diesem Heft).
2. Der umfassende positive Gesundheitsbegriff entspricht, indem er die Frage nach dem Sinn (griech. „Logos“) als Leitkriterium aufnimmt und auf Gerechtigkeit und Liebe bezieht, sowohl der Intention als auch der Konstruktion des Systems der platonischen Kardinaltugenden in ihrer Grundgestalt der christlichen Rezeption und Erweiterung durch die so genannten „theologischen“ oder „christlichen“ Tugenden Glaube, Hoffnung, Liebe.

Das wird von den Autoren nicht in dieser Deutlichkeit expliziert, aber deutlich genug adressiert, um ohne Weiteres den stringenten Zusammenhang ihres Grundmodells der seelischen Gesundheit mit den Kardinaltugenden herzustellen, die im christlichen Abendland von der Spätantike bis zur Neuzeit als die Grundlage seelischer Gesundheit im Sinne gelingender, verantwortlicher Lebensgestaltung angesehen wurden. Mein Buch „Philosophie der Lebensbejahung“ geht vom unmittelbaren Zusammenhang der „Character Strengths and Virtues“ nach Seligman et al. mit dem System der Kardinaltugenden aus und stellt ausführlich das ursprüngliche Verständnis von Tugend und seelischer Gesundheit bei Platon dar, wie auch die Rezeptionen des Modells von der Antike bis zur Neuzeit.

Weil manche Philosophen des 19. Jahrhunderts das Wort „Tugend“ mit Moralismus gleichsetzten und sich die Bedeutung Platons für die Praktische Philosophie erst allmählich erschloss, geriet das platonische System der Kardinaltugenden im 20. Jahrhundert aus dem Blick. Nur im engeren Kreis der katholischen Ethik wurde es in der Gestalt, die ihm Thomas von Aquin gegeben hatte, bewahrt, wenn auch mit Vorbehalten. Die empirische Positive Psychologie hat sie als Grundstruktur der seelischen Gesundheit wieder entdeckt. Dieses Buch gibt dem empirischen Befund die philosophische Begründung: Die Kardinaltugenden stellen nichts anderes als den logischen Vollzug gelingenden menschlichen Lebens dar, das vernunftbestimmt, selbstbestimmt und auf spirituelle Ideale ausgerichtet ist.

Das sokratisch-platonische System der Kardinaltugenden ist vom Prinzip der Lebensbejahung getragen und entspricht damit dem Axiom des platonischen Idealismus

überhaupt, nach welchem das Sein schlechthin gut ist. Darauf baut eine grundsätzlich daseinsbejahende Philosophie, die auch das menschliche Dasein als prinzipiell gut und zum Guten fähig betrachtet. Das stelle ich in den Zusammenhang mit den gesundheitspsychologischen Kriterien des gelingenden menschlichen Lebens. Es wird deutlich, dass die Philosophie der Lebensbejahung tatsächlich als epistemologische Grundlage der Gesundheitspsychologie im Sinne einer „gesunden Philosophie der Psychologie“ (Anscombe, 1958) dienen kann.

Jede Erkenntnis des Guten vollendet sich nach Platon im ethisch verantwortlichen Handeln; somit ist alles menschlich Gute als Tugend (Arete) qualifiziert. Unabhängig von heteronom gesetzten göttlichen Geboten ist das Gute, wenn auch immer nur prozesshaft dialektisch und damit fragmentarisch zugänglich, dem menschlichen Erkennen als Erinnerung (Anamnesis) einsichtig, sofern der Mensch konsequent dem „Prinzip des Logischen“ (Natorp, 1994) folgt.

Weil Ziel des logischen Erkennens immer die Verwirklichung des Guten im realen menschlichen Leben ist, hat die Erkenntnistheorie Platons so wie schon bei Sokrates durchweg psychagogischen Charakter. Dem entspricht die insbesondere von Werner Jaeger herausgearbeitete hohe Bedeutung der „Paideia“ (Jaeger, 1959), hergeleitet als auf die Seele des Individuums wie der Polis (Stadtstaat) bezogene Gesundheitsmedizin aufgrund der starken Affinität Platons zur hippokratischen Medizin; der platonische Sokrates ist ein Seelenarzt. Platons dialektisches System entfaltet sich im Kontext und in der Zielrichtung zeitgenössischer Gesundheitsmedizin, deren ideales Leitmotiv die holistisch gesunde Polis ist. Besonders deutlich wird das in der dialektischen Bestimmung der rechten Mischung des bekömmlichen „Lebenstranks“, die Platon in seinem Dialog „Philebos“ vornimmt (Platon, 1990). Die Kardinaltugenden in der Geschlossenheit ihres Systems als „Viergespann“ (Pieper, 1970) gehen aus der dorthin führenden konsequenten Anwendung des logischen Prinzips auf den konkreten Lebensvollzug des Individuums hervor.

Die genaue Nachzeichnung der Rezeption der platonischen Kardinaltugenden in der Ideengeschichte bis zum Ende des 19. Jahrhunderts lässt sowohl die bemerkenswerten Perseveranz des Basismodells als auch ihre außergewöhnliche kulturbildende Wirkung deutlich werden. Durch die von Cicero rezipierte und mit großer Nachhaltigkeit popularisierte Aufbereitung der Version Platons durch die mittlere Stoa beeinflusste es erheblich die Psychagogik des Römischen Reichs und wurde von dort aus, angefangen bei Ambrosius, ein Hauptbestandteil der christlichen Ethik. Das „Viergespann“ als solches wurde im Rahmen des Christentums nie signifikant verändert, aber es wurde durch die so genannten „Theologischen Tugenden“ Glaube, Hoffnung, Liebe ergänzt und, vor allem auf allegorische Weise, biblisch-theologisch eingebettet. Je nach vertretenem Menschenbild wurde es aber entweder top-down als übernatürlich gewirkte Gnadengabe oder bottom-up als natürliche Wegbereitung zur idealen Vewirklichung von Glaube, Hoffnung und Liebe angesehen; für Letzteres steht vor allem Thomas von Aquin, dessen Modell fortan die kirchliche Rezeption dominierte. Im platonisch-kantianschen Idealismus Friedrich Schleiermachers und Jakob Friedrich Fries' sowie schließlich auch in

der neukantianischen Theorie der Sozialpädagogik Paul Natorps fand die Synthese von den klassischen Kardinaltugenden mit den Idealen des Glaubens, der Hoffnung und der Liebe letztendlich eine wiederum epistemologisch begründete Gestalt, in welcher Spiritualität nicht als spezifisch religiöse Hinzufügung, sondern als logisches Konstitutivum verstanden wird.

H.A. Willberg

Willberg, Hans-Arved, (2021).

### **Philosophie der Lebensbejahung**

*Die platonischen Kardinaltugenden als Grundstruktur seelisch gesunder und spiritueller Selbstverwirklichung.*

Berlin: Peter Lang, 486 S.

➔ <https://www.peterlang.com/document/1111697>

## Quellenverzeichnis

- Anscombe, E. (1958). Modern Moral Philosophy. *Philosophy* 33/124, 1-19.
- Hell, D. (2022). Spiritualität und Religiosität in der Psychotherapie: Zur Bedeutung der Stiftung GRS für die Integration. *SuG 2022 1/2*, 4-7.
- Jaeger, W. (1959). *Paideia: Die Formung des griechischen Menschen*, 3 Bde. Berlin: De Gruyter.
- Natorp, P. (1994). *Platos Ideenlehre: Eine Einführung in den Idealismus*. Philosophische Bibliothek. Bd. 471. Hamburg: Felix Meiner.
- Peterson, C., Seligman, M.E.P. (2004). *Character Strengths and Virtues: A Handbook and Classification*. Values in Action Institute, American Psychological Association. New York: Oxford University Press.
- Pieper, J. (1970). *Das Viergespann: Klugheit - Gerechtigkeit - Tapferkeit - Maß*. Freiburg, Basel, Wien: Herder.
- Platon, Philebos (1990). In: Platon. *Werke in acht Bänden*. Griech. u. deutsch. Sonderausg., Bd. 7, Hg. G. Eigler. Bearbeitet v. K. Widdra, griech. Text v. A. Rivaud, deutsche Übersetz. v. H. Müller und F. Schleiermacher. Darmstadt: Wissenschaftliche Buchgesellschaft, 255-499.
- Verhagen, P.J. (2022). Religiöse, spirituelle und existenzielle Aspekte in der Mental Health Care: Reflexion und Ausbildung zum Abschluss der 8. ECRSH-Konferenz 2022. *SuG 2022 1/2*,