

Bruno Preisendörfer



# Hat Gott noch eine Zukunft?

Glaube  
Alltag  
Transzendenz

HIRZEL

Bruno Preisendörfer  
Hat Gott noch eine Zukunft?



Bruno Preisendörfer

# Hat Gott noch eine Zukunft?

Glaube – Alltag –  
Transzendenz



S. Hirzel Verlag Stuttgart

Ein Markenzeichen kann warenrechtlich geschützt sein, auch wenn ein Hinweis auf etwa bestehende Schutzrechte fehlt.

Bibliografische Information der Deutschen Nationalbibliothek  
Die Deutsche Nationalbibliothek verzeichnet diese Publikation  
in der Deutschen Nationalbibliografie; detaillierte bibliografische  
Daten sind im Internet über <http://dnb.d-nb.de> abrufbar.

ISBN 978-3-7776-2286-6

Jede Verwertung des Werkes außerhalb der Grenzen des Urheberrechtsgesetzes ist unzulässig und strafbar. Dies gilt insbesondere für Übersetzungen, Nachdruck, Mikroverfilmung oder vergleichbare Verfahren sowie für die Speicherung in Datenverarbeitungsanlagen.

© 2013 S. Hirzel Verlag  
Birkenwaldstraße 44, 70191 Stuttgart  
Printed in Germany  
Einbandgestaltung: deblik, Berlin  
Satz: satz & mehr, Besigheim  
Druck & Bindung: Kösel, Krugzell

[www.hirzel.de](http://www.hirzel.de)

# Inhalt

<b>Einleitung</b> .....	7
<b>Bodybuilder, Fußballer, Stars und Heilige</b> .....	11
Fitness und Askese. Die Sünde des ungesunden Lebens .....	13
Die Last mit den Lastern. Über die Schwierigkeit, besser zu werden .....	23
Kann denn Fußball Sünde sein? Kicken und Kirche, Rasen und Religion .....	33
Starkult und religiöses Charisma. Ist Heiligen- verehrung noch zeitgemäß? .....	43
<b>Freiheit, Freizeit, Flexibilität</b> .....	53
Feiertagswürde, Feiertagsbürde. Wie arbeitsfreie Tage zu schaffen machen .....	55
Der flexible Mensch im Leerlauf. Überflüssigkeit als Daseinsform .....	65
Das Lauern der Zukunft. Angst als Grund- stimmung der Gegenwart .....	75
Dramen des Verzeihens. Entschuldung und Entschuldigung .....	85
<b>Schutzengel im Kopf, Menschen im All, Gene in der Schöpfung</b> .....	95
Schutzengel im Kopf. Von der Fähigkeit, auf sich aufzupassen .....	97
Gott im Weltall. Religion und Raumfahrt .....	107
Genesis versus Genetik. Die Konkurrenz von Theologie und Biologie .....	117
Das fetischisierte Gen. Eine Polemik .....	127

<b>Will der Mensch noch glauben?</b> .....	141
Das Gespensterfest. Allerheiligen oder Halloween ...	143
Zugfahrt mit Mormone. Mitt Romney und die <i>Heiligen der Letzten Tage</i> .....	153
Schönheit der Inbrunst. Das Gebet als religiöse Form der Leidenschaft .....	163
Gottesglaube als Herzenswunsch. Religiöse Musikalität in der modernen Gesellschaft .....	173
 <b>Hat Gott noch eine Zukunft?</b> .....	 183
Fragile Götter. Wie weltlich ist die säkulare Gesellschaft? .....	185
Die grüne Religion. Vom Fetisch Natur in der Konsumgesellschaft .....	195
Die Seele im Netz. Das religiöse Gefühl geht online ..	205
Prinzip Nächstenliebe. Zur Zukunft des Christentums .....	215
 <b>Zum Weiterlesen</b> .....	 225

## Einleitung

In diesem Buch geht es um Gott in der Welt, nicht über Gott und die Welt, obwohl die Vielfalt der Themen diesen Verdacht wecken mag. Wenn Leute über ‚Gott und die Welt‘ reden, reden sie über alles Mögliche. Das kann sehr unterhaltsam und auch lehrreich sein. Allerdings kommt kurioserweise in solchen Gesprächen Gott meist nur am Rande vor. In diesem Buch steht er im Zentrum. Insofern nämlich, als untersucht wird, wie Gott in der Welt und unter den Menschen lebt. Genauer, aber auch riskanter formuliert: Wie *wird* Gott von den Menschen in der Welt gelebt? Was fangen sie mit ihm an, wenn sie glauben? Was geschieht, wenn Gott nicht im Himmel oder in der Ewigkeit verschwindet, sondern vom Glauben der Menschen im Alltag lebendig gehalten wird?

Um diese Fragen stellen zu können, muss man selbst kein religiöser Mensch sein. Eine gewisse „religiöse Musikalität“, wie der Soziologe Max Weber, dem sie fehlte, das genannt hat, ist jedoch hilfreich, um die Wirkungsschwingungen des Glaubens zu verstehen. Diese Verständnisebene ist keine wissenschaftliche. Sie bleibt den soziologischen und anthropologischen Fachdisziplinen unerreichbar, was diese Disziplinen freilich wenig kümmert. Warum sollten sie sich für Fragen interessieren, die nicht nur außerhalb ihres Gebietes liegen, sondern auch innerhalb des Faches begrifflich unformulierbar bleiben?

Eine dieser wissenschaftlich nicht beantwortbaren Fragen ist die nach Transzendenz, nach dem, was Leben und Dasein des einzelnen Menschen überschreitet. Das Verlangen nach Transzendenz ist etwas anderes als das Bedürfnis nach Sinn, selbst wenn es bei diesem Bedürfnis ums Ganze geht: um den Sinn des Lebens. Freud hat einmal geschrieben, die Frage nach dem Sinn des Lebens sei pathologisch. Er wies mit diesem Sar-



kasmus darauf hin, dass das Leben umso mehr aus den Fugen geraten ist, je nachdrücklicher es damit verbracht wird, nach seinem Sinn zu forschen. Transzendenz hingegen verlangt nach Überschreitung, auch nach Überschreitung des eigenen Seins und seines beschränkten Sinns.

Gewöhnlich wird Transzendenz mit etwas Außeralltäglichem in Verbindung gebracht, mit etwas, für das der moderne Mensch mit seiner Geschäftigkeit keine Zeit hat, und das ihn allenfalls in Form von Feiertagsgefühlen anweht. Dieses Buch setzt sich über die Trennung von Transzendenz und Alltag hinweg, es geht, noch einmal sei es gesagt, um Gott **in** der Welt. Es handelt sich um den Versuch, aus nichttheologischer Perspektive und ohne Dogmatik, auf die auch die liberalste Lehre nicht verzichten kann, über den Glauben nachzudenken.

Das Buch ist in fünf Hauptteile mit jeweils vier Kapiteln gegliedert. Die einzelnen Kapitel sind unabhängig voneinander verständlich, korrespondieren jedoch miteinander. Ihre äußere Anordnung hätte in einzelnen Fällen wohl auch anders erfolgen können, doch gehorcht sie einem inneren Aufbau, der vom eher spielerisch Erzählten zu grundsätzlichen Überlegungen führt: Hat Gott noch eine Zukunft?

In die fünf Hauptteile wird jeweils mit kurzen Vorspannen eingestimmt. Im Anschluss an die zwanzig Kapitel folgen Hinweise auf die von mir verwendeten Quellen, desgleichen Hinweise zum Weiterlesen. Dafür bleiben die Texte von Anmerkungen unbeschwert, leichtfüßig lesbar ohne Fußnoten.

Abschließend noch ein Wort zu meinem Umgang mit Anführungszeichen. Doppelte „Anführungszeichen“ kennzeichnen wie üblich Zitate, einfache ‚Anführungszeichen‘ indessen werden dann verwendet, wenn die Aufmerksamkeit auf das angeführte Wort selbst gelenkt werden soll, nicht nur auf das, was es (angeblich) ausdrückt. Die auf diese Weise angeführten

Worte sollen so der Leserin, dem Leser gewissermaßen auch vorgeführt werden. Der Ton, heißt es, macht die Musik. Warum sollte das bei der religiösen Musikalität anders sein.

Berlin, Februar 2013



# Bodybuilder, Fußballer, Stars und Heilige

---

Das ‚Profane‘ ist bekanntlich das, was vor dem Heiligen liegt. Aber vielleicht liegt es manchmal auch hinter ihm und fällt ihm gewissermaßen in den Rücken. Oder das eine ist vom anderen gar nicht mehr recht zu unterscheiden. Stars laufen mit Heiligenscheinen herum, Päpste werden gefeiert wie Popstars. Und doch lauern überall Laster. Der Alltag ist ein Sündenpfuhl, seien seine Verführungen noch so banal. Der Mensch beugt sich dem mit nicht immer christlicher Demut oder feiert die Triumphe des Verzichts. In unserer Epoche, die gottesfern zu sein scheint wie noch nie eine in der Unheilsgeschichte der Menschheit, wirkt zugleich alles Besondere irgendwie ‚göttlich‘, bis hin zum Fußballer, der umtanzt wird wie das goldene Kalb, weil er gerade ein ‚goldenes Tor‘ geschossen hat. Aber wer wollte den ersten Stein werfen, noch dazu, wenn alle im Glashaus sitzen? Und Kirchenfenster schmeißt man sowieso nicht ein.



# Fitness und Askese

## Die Sünde des ungesunden Lebens

Um kein Thema wird in unserer kränkelnden Wohlstandsgesellschaft so erregt gestritten wie um die Gesundheit. Das zeigt sich auf der institutionellen Ebene bei den Gesundheitsreformen und auf der individuellen Ebene bei der Diskussion ums Rauchverbot. Besonders das Zigarettenthema führte zu regelrechten Religionskriegen bei öffentlichen Podiums- und privaten Bierischdiskussionen. Die einen werden als unbußfertige Sünder verteufelt, die von ihrem Laster nicht lassen können; die anderen als genussfeindliche Tugendprediger verhöhnt, die sich und anderen den Spaß am Leben verderben.

Hinter den Frontlinien dieser Schlacht allerdings gibt es noch zahlreiche andere Scharmützel, in denen sich nicht einfach zwei große Lager überschaubar gegenüberstehen. Vielmehr herrscht da ein wildes Kuddelmuddel, ein wunderliches und – mit ausreichend Humor betrachtet – recht amüsantes Durcheinander: Alkoholfreie, nichtrauchende, vegetarisch lebende Asketen ruinieren ihre körperliche Unversehrtheit mit halsbrecherischen Sportarten. Rauchende, trinkende und tote Tiere verzehrende Genussmenschen bestehen darauf, dass der Apfel, den sie hin und wieder essen, aus dem Bioladen stammt. Abertausende jugendlicher Jogger rennen Runde um Runde und ruinieren sich die Knie, weil sie süchtig sind nach dem Kick der körpereigenen Endorphine. Abertausende Senioren marschieren mit Stöcken bewaffnet durch die Parks deutscher Kurorte, nur um nach drei Wochen krankenkassenfinanzierter Selbstüberwindung ermattet auf die heimische Couch und in ihre schlechten Gewohnheiten zurück zu sinken. Und Abertausende von Übergewichtigen trainieren sich verbissen das Fett vom Leib, um dann, wenn sie endlich abgemagert sind, schlecht

gelaunt Kummerspeck anzufuttern, damit sie wieder vergnügt werden.

Winston Churchill hingegen, historisch sehr groß, für sein Körpergewicht aber zu klein, soll auf die Frage, wie man gesund alt werden könne, geantwortet haben: No sports! Die Führungszeichen habe ich nicht vergessen, sondern vorsichtshalber weggelassen: Der Ausspruch ist nicht verbürgt und wahrscheinlich bloß gut erfunden. Aber er passt hervorragend zu der melancholischen Überlegung, ob bei all den Anforderungen, von denen wir umzingelt sind, das Gesundbleiben nicht krank macht.

Solche Grübeleien haben beim Fahnenappell des ‚Fit for Fun‘ jedoch keinen Platz. Die Krankenkassen erwarten von ihren Mitgliedern einen freudigen Dienst am Altar der Gesundheit. Die Apotheker ermuntern die Kundschaft mit der kostenlos verteilten *Apotheken Umschau* zu ewig lächelndem Wohlbefinden. Und in zahllosen Ratgebern von der Trennkostanleitung bis zur Rückenschule wimmelt es nur so von strahlenden, gutaussehenden Frauen und Männern voller Schwung und Kraft. Sie sehen allesamt so strahlend und gutaussehend aus wie früher die Frauen und Männer in der inzwischen verbotenen Zigarettenreklame im Fernsehen oder in der immer noch erlaubten Werbung für Bier oder Rum.

Als Mensch des gesunden Mittelmaßes kann einen das ganz schön deprimieren. Man achtet zwar einigermaßen auf vernünftige Ernährung, wird aber die ‚Problemstellen‘ trotzdem nicht los. Man trinkt mäßig, aber immer noch zu viel, weil mehr als 0,1 Liter Wein am Abend für Frauen und 0,2 für Männer in den Augen psychotherapeutischer Suchtpräventionsspezialisten schon die Vorhölle des Alkoholismus bedeuten. Man bewegt sich und geht mehr als vierhundert Meter zu Fuß, was angeblich der statistische Durchschnitt des deutschen Büromenschen ist, kann sich angesichts eines vierstöckigen Treppenhauses aber doch nicht dazu durchringen, den Gipfel der Selbstüberwindung

zu erklimmen – oder nur dann, wenn es Gott sei Dank leider keinen Aufzug gibt.

Schwer ist es, sehr schwer, als normalsterblicher Laie die Heiligkeit umfassender Gesamtkörpergesundheit zu erreichen. Die Priesterschaft der Gesundheitsreligion wird nie mit uns zufrieden sein, ehe wir nicht rund um die Uhr mit unserem Körper beschäftigt sind: Die Hausärztin rät uns zu ausgedehnten Spaziergängen; der Krankengymnast bringt uns täglich auszuführende Dehnübungen bei, die nur ein paar Minuten kosten; in der Rückenschule lernen wir unsere längs- und querstreiften Muskeln kennen und üben die Zuwendung, die wir ihnen schulden, regelmäßig ein halbes Stündchen am Tag; der Zahnarzt besteht auf dreimal täglich Zähneputzen, jeweils zweieinhalb Minuten, zuzüglich einmal am Tag den Einsatz von Zahnseide; der Orthopäde meint, wir sollten etwas für unsere Halswirbel tun, dreimal täglich fünf Minuten würden genügen. Außerdem sollten wir viel Radfahren, um gelenkschonend das Herz-Kreislauf-System auf Vordermann oder -frau zu bringen, und Schwimmen sollten wir auch, wegen der Wirbelsäule. Und gegen den Stress wäre Yoga oder autogenes Training nicht schlecht. Dazu kommt, dass unsere Frau oder Freundin beziehungsweise unser Mann oder Freund andeutet, dass es an der Zeit wäre, etwas gegen das Bäuchlein oder den Bauch zu tun.

Männern kann da schnell geholfen werden. Die Zeitschrift *Men's Health* formuliert immer wieder „Muskelziele“ und sprach schon vor Jahren von der „Abnehm-Challenge: Fettschmelze auf der Baustelle Bauch“. 2007 forderte die Illustrierte „Werden Sie Architekt Ihres Waschbrettbauchs“ und zeigte auf ihrer Internetseite halbnackte Männer mit Six-Packs, womit *nicht* das Bier gemeint ist, sondern die Muskelgruppe, die aus einem Mann ein Waschbrett macht. Gebraucht werden Willenskraft, Ausdauer, Disziplin und eine Stunde Training pro Tag: „Definieren Sie Ihren Körper in täglich 60 Minuten.“



Mit „definieren“ ist die zielgerichtete muskuläre Entfaltung gemeint. Der Körper, seine Kraft, sein Aussehen, seine Fitness lässt sich durch ein Trainingsprogramm formen, er wird ausgeprägt, geformt, „definiert“ durch die vollzogenen Übungen. Also durch Askese. Denn der griechische Begriff *askêsis* bedeutet mehr als bloß Enthaltensamkeit durch Verzicht, er schließt die Übung, das kontrollierte Training, die geregelte Erziehung mit ein.

Im Stile von *Men's Health* ausgedrückt könnte man etwa die Ordensregel des Heiligen Benedikt von Nursia in der Aufforderung zusammenfassen: Definieren Sie Ihre Seele in täglich 24 Stunden. Denn um nichts Geringeres ging es dem Heiligen, dessen Erziehungs-, Trainings- und Unterwerfungsprogramm bis in den Schlaf vordringt. In Kapitel 22 der *Benediktsregel* wird ausdrücklich vorgeschrieben: „Wie die Mönche schlafen“. Es wird empfohlen: „Jeder soll zum Schlafen ein eigenes Bett haben.“ Das war erwähnenswert, denn zu Benedikts Lebzeiten, im 6. Jahrhundert, war das keineswegs selbstverständlich. Dann heißt es über die Mönche: „Sie schlafen bekleidet, mit Gürtel oder Strick umgürtet, haben aber beim Schlafen ihr Messer nicht zur Seite, damit nicht ein Schläfer im Traum verletzt wird. Die Mönche seien stets bereit. Wenn das Zeichen gegeben wird, stehen sie unverzüglich auf und beeilen sich, einander zum Gottesdienst zuvorzukommen, aber immer mit Ernst und Anstand.“

Wer nach der *Benediktsregel* lebt, übt sich rund um die Uhr im Glauben und macht sich auf diese Weise fit für die Ewigkeit. Die Ansprüche sind hoch. Im vierten Kapitel der Regel wird verlangt: „Sich selbst verleugnen, um Christus nachzufolgen. Den Leib züchtigen. Kein genießerisches Leben führen. Das Fasten lieben.“ Und weiter: „Nicht stolz sein. Kein Trinker sein. Nicht unmäßig sein im Essen. Nicht schlafsüchtig, nicht träge, nicht kritiksüchtig, kein Ehrabschneider sein.“ Durch diese Ermahnungen schimmert die Angst vor den sieben Todsünden:

superbia – der Stolz, avaritia – die Gier, invidia – der Neid, ira – der Zorn, luxuria – die Wollust, gula – die Unmäßigkeit, acedia – die Trägheit, die Trägheit des Herzens!

Wer diese Sünden (dazu mehr im nächsten Kapitel) meidet, wird übrigens nicht nur ein gottgefälliges Leben führen, sondern auch eines, das jeder Krankenkasse gefällt – solange mit dem Maßhalten maßgehalten und Körper und Seele nicht kaputt kasteit werden. Einem modernen benediktinischen Kommentar zufolge sollen die „Mahnungen zur Selbstbeherrschung nicht in einem der Gesundheit abträglichen Sinn ausgelegt werden. Im alten Mönchtum sind bei aller Empfehlung der Askese die Warnungen vor Übertreibungen häufig“.

Besonders interessant ist aber der Grund für diese Warnungen: Er liegt wiederum in der Angst vor Kontrollverlust. Wenn der Geist willig, aber das Fleisch schwach ist, kommt es darauf an, dem Körper gerade so viel zuzugestehen, wie er braucht, um zu funktionieren. Wird die Zucht zu streng, lehnt sich der Leib auf und entzieht sich durch Verweigerung dem Willen zur Askese. Sportlern ist dieses Phänomen als Übertrainieren bekannt. Selbst Bodybuilder gönnen den einzelnen Muskelgruppen zwischen den Trainingstagen stets einen Tag Bewegungspause, um zu vermeiden, dass das Training durch Überforderung Substanz abbaut, statt sie aufzubauen. In der körperlichen wie in der geistigen Selbstdefinition das effizienteste Verhältnis herauszufinden zwischen Training und Pause, zwischen Anspannung und Entspannung, das ist die eigentliche Kunst der professionellen Bodybuilder im Sportstudio und der professionellen Seelenbildner im Kloster.

Das Konzept von Werner Kieser wiederum, dem erfolgreichen Begründer der gleichnamigen Studios, ist verglichen mit herkömmlichen Fitness-Studios recht spartanisch angelegt: saubere, aber einfache Einrichtung, kurze Trainingseinheiten, keine Musik, keine Saftbar, keine Sauna, kein Schwimmbcken

und auch sonst keine der üblichen Finessen rund um die Fitness. Das Buch, in dem er sein Trainingskonzept erläutert, trägt den Titel: *Die Seele der Muskeln*. Während Benedikt die Seele in Gott sucht, findet Kieser sie in den Muskeln. Ist das Fitness-Studio also die säkularisierte Freizeitform des rundum disziplinierten Klosterlebens?

Die Frage ist nicht wirklich ernst gemeint. Obwohl immerhin bereits Friedrich Nietzsche mit Wonne den Vergleich zwischen dem Heiligen und dem Sportsmann gezogen hat. In der *Genealogie der Moral* lästert er, auf das Ziel der Lebensbändigung durch Askese „ist eine erstaunliche Menge menschlicher Energie verwandt worden – umsonst etwa? Dass solche sportsmen der ‚Heiligkeit‘, an denen alle Zeiten reich sind, in der Tat eine wirkliche Erlösung von dem gefunden haben, was sie mit einem so rigorosen Training bekämpften, daran darf man durchaus nicht zweifeln“.

Mag Nietzsche mit seiner Abhandlung „Was bedeuten asketische Ideale?“ in der *Genealogie der Moral* nun Recht haben oder nicht: Wir sollten die Kirche im Dorf, Nonnen und Mönche im Kloster und Laufbänder und Trimmräder im Fitnessraum lassen. Im Klosterleben geht es ja nicht darum, sich selbst zu finden, sondern im Gegenteil darum, sich in Gott zu verlieren. Genau anders herum ist es in all den coolen Fitness-Clubs mit ihrem Körperkult, ihrem Schönheitskult, ihrem Jugendkult, mit dem ganzen Tanz ums goldene Kalb: dem von der Sonnenbank knusprig gebräunten, nie alternden, nie krank werdenden, nie sterbenden Körper – der wir gerne wären.

Andererseits: Ein bisschen ‚Stählung‘, nur ein klitzekleines Bisschen, würde vielen von uns ganz gut tun. Es muss ja nicht gleich so rigoros vorgegangen werden wie in *Jugend vor Gott*, einem über Jahrzehnte in hunderttausenden von Exemplaren verbreiteten Gebetsalmanach für die katholische Jugend: „Herr, hilf mir, meinen Körper so zu beherrschen, dass er mir immer

Werkzeug sei und nicht Tyrann. Stähle ihn für Arbeit und Ruhe, mache ihn zugänglich für die Gnade, wach im Dienste des Nächsten. Alles Schädliche will ich meiden: Unmäßigkeit und Naschhaftigkeit im Essen, Trägheit und Unreinheit.“ Das Zitat entstammt einer Ausgabe der sechziger Jahre und ist in der aktuellen Überarbeitung so nicht mehr zu finden. Selbst der Titel des Büchleins wurde geändert. Es heißt jetzt nicht mehr *Jugend vor Gott*, sondern etwas weniger rigoros, gleichberechtigter gewissermaßen: *Jugend und Gott*.

Das bedeutet natürlich nicht, dass die Katholische Kirche von ihren Mäßigungsbemühungen abgekommen wäre. Im *Katechismus* zum Beispiel schärft sie den Gläubigen ein: „Die Tugend der Mäßigung lässt Unmäßigkeit aller Art meiden: jedes Übermaß an Speisen, Alkohol, Tabak und Medikamenten.“ Und weiter: „Das Leben und die Gesundheit sind wertvolle, uns von Gott anvertraute Güter.“ Genau darauf hat der Apostel Paulus schon im ersten Brief an die Korinther hingewiesen: „Wisst ihr nicht, dass euer Leib ein Tempel des heiligen Geistes ist, der in euch ist und den ihr von Gott habt, und dass ihr nicht euch selbst gehört. Denn ihr seid teuer erkaufte; darum preist Gott mit eurem Leibe.“ Der Mensch soll nicht um seiner selbst Willen leben, sondern für Gott – diese Haltung ist der Urgrund für das, was die einen als die asketische Haltung des Paulus rühmen und die anderen als seine Lustfeindlichkeit schmähen. Ebenfalls im ersten Korintherbrief heißt es: „Alles ist mir erlaubt, aber es soll mich nicht gefangen nehmen.“

Mit der Gefahr, sich von Sinnengenüssen „gefangen nehmen“ zu lassen, hatte sich selbst ein Glaubensriese wie der Kirchenvater Augustinus auseinandersetzen. In seinen *Bekenntnissen* schreibt er: „Während der Zweck des Essens und Trinkens die Erhaltung der Gesundheit ist, gesellt sich gleichsam als Begleiter der gefährliche Genuss hinzu und versucht oft den Vortritt zu gewinnen, dass um seinetwillen geschehe, was ich

doch, wie ich behaupte und auch will, der Gesundheit wegen tue. Beide aber haben nicht das gleiche Maß. Denn was der Gesundheit genügt, ist dem Genuss zu wenig, und oft kann es zweifelhaft sein, ob die notwendige Körperpflege den Dienst verlangt oder ob die genießerische Arglist der Begierde sich bedienen lassen will. Dieser Ungewissheit freut sich dann die arme Seele und schafft sich mit Vergnügen Deckung durch die Ausrede, es sei nicht klar, was zur Erhaltung des Wohlbefindens genüge. So wird durch den Vorwand der Sorge für die Gesundheit das Treiben der Lust verschleiert. Diesen Anfechtungen suche ich täglich zu widerstehen, rufe deine Rechte um Beistand an und bringe vor dich meine Ängste, weil ich mir in dieser Angelegenheit noch keinen rechten Rat weiß.“

Die *Confessiones* des Augustinus sind ein altehrwürdiger Text. Die dreizehn Bücher dieser Autobiographie entstanden in den Jahren 397 und 398, aber die Ratlosigkeit, von der Augustinus spricht, hat die Zeiten überdauert und beschäftigt uns heute noch, obwohl die meisten modernen Menschen, moderne Christen eingeschlossen, die Lust für weit weniger gefährlich halten als Augustinus, der auf den Spuren des Paulus wandelt. Aber auch ohne das paulinisch-augustinische Lustproblem sind wir häufig ratlos, wenn es um die Fragen geht: Was dient der Gesundheit? Was dient der Lust? Und wann ist das, was der Lust dient, der Gesundheit schädlich?

Moderne Gesundheitswissenschaftler pflegen diese Fragen statistisch zu beantworten. Aus ihren Erhebungen wissen wir zum Beispiel, dass so und so viele Zigaretten am Tag über so und so viele Jahre geraucht das Risiko einer Erkrankung an Lungenkrebs um so und so viel erhöhen. Sie können sogar ausrechnen, welche statistische Lebenserwartung unseren Lebensgewohnheiten entspricht. Auf die Todsünde des ungesunden Lebens steht die Sanktion einer erhöhten ‚Mortalitätsrate‘ in den entsprechenden Bevölkerungsgruppen. Jeder Ver-

fehlung entspricht eine Buße. Alles, was wir verkehrt machen mit Körper und Geist, verlangt nach Reue und Besserung. Wenn die ausbleibt, wird irgendwann durch Schmerz geahndet.

Aber woher können wir wissen, was wir richtig und was wir falsch machen, bevor der Schmerz Rache nimmt? Diese Ratlosigkeit macht uns nicht nur philosophisch zu schaffen, sondern auch praktisch – lebenspraktisch. Für sitzende Existenzen ist zum Beispiel der Rücken ein Standardproblem. Der Sportwissenschaftler Professor Ingo Froböse bemerkt darüber in seinem Buch *Das neue Rückentraining*: „Viele Menschen sind verunsichert, wie sie sitzen, stehen, etwas heben oder sich bücken sollen. Die meisten alten Regeln – das wissen inzwischen auch Krankenkassen – sind längst überholt. Das moderne Rezept heißt: Bewegen Sie sich so natürlich wie möglich. Nur so fordern Sie Ihren ganzen Rücken. Dabei ist es – fast – völlig egal, was Sie tun. Hauptsache, Sie tun überhaupt etwas. Nach Aussage der Wissenschaftler könnten auf diese Weise mehr als 90 Prozent aller Rückenbeschwerden vermieden werden. Das sind doch rosige Aussichten, oder?“

Professor Froböse schickt seinen „rosigen Aussichten“ jedoch gleich die Mahnung hinterher: „Dafür müssen Sie Ihren Rücken jedoch pflegen und trainieren und die Verantwortung für ihn übernehmen. Werden Sie zu seinem Coach!“ Diese Aufforderung ist, wörtlich genommen, niederschmetternd. Ein Coach ist ja immer eine Nebenperson, der einer Hauptperson – einem Manager zum Beispiel oder einem Sportler – als Betreuer zur Seite steht. Wenn wir also die Couch verlassen, um Coach unseres Rückens werden, ist nach Froböse klargestellt, dass wir es sind, die dem Rücken den Rücken freizuhalten haben, und nicht etwa der Rücken uns, wie wir bisher glaubten.

Wahrscheinlich darf man das alles nicht zu wörtlich nehmen. Obwohl gerade das Wörtlichnehmen helfen kann, dem Hintersinn und den Nebengedanken so mancher Empfehlung

auf die Schliche zu kommen. Nietzsche beispielsweise entdeckt im Willen zur Askese die Herrschsucht. In *Menschliches, Allzumenschliches* schreibt er: „Gewisse Menschen haben nämlich ein so hohes Bedürfnis, ihre Gewalt und Herrschsucht auszuüben, dass sie, in Ermangelung anderer Objekte, endlich darauf verfallen, gewisse Teile ihres eigenen Wesens zu tyrannisieren.“ Und um das zu vermeiden ist – wieder einmal – das nötig, was alle kennen und doch viele nicht finden: das rechte Maß.

# Die Last mit den Lastern

## Über die Schwierigkeit, besser zu werden

„Der Weg zur Hölle ist mit guten Vorsätzen gepflastert“, sagt man. Aber wie soll alles gut werden, wenn man nicht versucht, sich selbst ein bisschen zu bessern? In aller Bescheidenheit und Demut, versteht sich, denn Hochmut kommt vor dem Fall. So steht es im „Buch der Sprüche Salomons“ im *Alten Testament*: „Der Frommen Weg meidet das Arge; und wer auf seinen Weg achtet, bewahrt sein Leben. Wer zugrunde gehen soll, der wird zuvor stolz; und Hochmut kommt vor dem Fall.“

Diese lutherische Übersetzung ist sprichwörtlich geworden, allerdings nur ihr letzter Teil. Die nicht minder interessante Wendung: „Wer zugrunde gehen soll, der wird zuvor stolz“ hat sich weniger herumgesprochen. Ist mit ihr gemeint, dass der Stolze stets am Abgrund steht, auch wenn er nicht hinunterblickt? Dass – ‚antik‘ ausgedrückt – der Hybris die Nemesis auf dem Fuße folgt und immer schon am Hacken hängt? Oder beschreibt die Lutherbibel hier eine typische Verlaufskurve, die sogar noch eine Lebenslaufkurve ist: Aufstieg, Höhepunkt und Niedergang?

Wenn tatsächlich am Höhe-Punkt des Lebens auch der Lebensmut am höchsten steht, darf diese Art von Hochmut nicht mit dummem Dünkel verwechselt werden. Auch nicht mit jener Arroganz und Überheblichkeit, die im Alltag gezügelt werden sollte. Zerlegt man den ‚Hochmut‘ in den ‚hohen Mut‘, kommt das Gemeinte besser zum Vorschein. Auch in diesem, von Mut und Selbstbewusstsein bestimmten Sinn, findet sich das Wort ‚hochmütig‘ im Sprachgebrauch Luthers: „Ich bin aber gegen Ecken“, seinen Gegner beim Streitgespräch in Leipzig 1519, den „Papst und auch den Teufel, mit Gottes Hilfe, in einem beständigen, hochmütigen, unerschrocknen Geist.“