

**Gottesdienst am 24.02.2019 (Sexagesimae) in der Reformierten Kirche von Sils-Baseglia zum 49. Studienkurs des Arbeitskreises Kirche und Sport der EKD „Gut – besser – perfekt? Fragen und Antworten zur (Selbst-)Optimierung“**

Die Gnade unseres Herrn Jesus Christus und die Liebe Gottes und die Gemeinschaft des Heiligen Geistes sei mit uns allen. Amen.

Predigttext: **Psalm 8**

*2 HERR, unser Herrscher, wie herrlich ist dein Name in allen Landen,  
der du zeigst deine Hoheit am Himmel!*

*3 Aus dem Munde der jungen Kinder und Säuglinge /  
hast du eine Macht zugerichtet um deiner Feinde willen.*

*4 Wenn ich sehe die Himmel, deiner Finger Werk,  
den Mond und die Sterne, die du bereitet hast:*

*5 Was ist der Mensch, dass du seiner gedenkst,  
und des Menschen Kind, dass du dich seiner annimmst?*

*6 Du hast ihn wenig niedriger gemacht als Gott,  
mit Ehre und Herrlichkeit hast du ihn gekrönt.*

*7 Du hast ihn zum Herrn gemacht über deiner Hände Werk,  
alles hast du unter seine Füße getan:*

*8 Schafe und Rinder allzumal,  
dazu auch die wilden Tiere,*

*9 die Vögel unter dem Himmel und die Fische im Meer  
und alles, was die Meere durchzieht.*

*10 HERR, unser Herrscher,  
wie herrlich ist dein Name in allen Landen!*

Was ist der Mensch, liebe Gemeinde? Tausendfach ist diese Frage im Lauf der Menschheitsgeschichte gestellt worden – in Philosophie und Theologie, in Soziologie und Psychologie, und nicht zuletzt in der Litera-

tur. Und ebenso oft hat man eine Antwort darauf versucht: je nach eigenem Standpunkt, nach eigener Erfahrung oder nach Einsichten, die uns der Fortschritt der Wissenschaften vermittelt hat. Wer in der Schulzeit noch Schillers „Glocke“ lesen und lernen musste, kennt die Antwort, die dieser rebellische Geist gegeben hat: „Jedoch der schrecklichste der Schrecken, das ist der Mensch in seinem Wahn.“ Und wo wir schon in Sils sind, soll auch Friedrich Nietzsche mit seinem „Zarathustra“ zu Wort kommen: „dass der Mensch etwas sei, das überwunden werden müsse“. Zarathustra lehrt uns den „Übermenschen“, den Typus höchster Wohlgeratenheit jenseits aller kläglichen und einengenden Moral. Wir könnten mit dem Zitieren stundenlang fortfahren und würden immer stärker spüren, wie diese Frage und ihre Beantwortung bei uns Ratlosigkeit, ja Unbehagen erzeugt. Wir scheinen als Menschen unergründlich zu sein: fähig zu bewundernswürdigen Höchstleistungen in Wissenschaft und Technik, in Kultur und Sport, und zugleich fähig zum Schlimmsten, was man sich nur denken kann – und dies nicht nur als Einzelne, sondern auch als Nation: Auf den Tag genau heute vor 99 Jahren wurde in München die NSDAP gegründet. Die Folgen kennen wir. Ob es je fürchterlicher ging? Wir vereinen in uns Glanz und Elend, Und manchmal scheint mir, als würde das Elend überwiegen.

Ganz anders unser Psalm! Auch er stellt sich die Frage: Was ist der Mensch? Aber er schaut nicht zuerst auf uns selbst, sondern hinein in das Universum des Nachthimmels: der Mond, die unendliche Zahl der Sterne, die unermessliche Weite des Alls – und dann der Schwenk auf den Menschen, der den Blick nach oben zum Himmel richtet und sich eigentlich völlig verloren vorkommen müsste. Wie klein sind wir doch angesichts der Dimensionen, in die wir immer weiter vordringen und die wir nicht mehr nach Jahren, sondern nach Jahrmillionen Lichtjahren messen! Ähnlich kann es uns schon gehen, wenn wir einen Berggipfel erstiegen haben und sich ringsumher die Welt der Viertausender erhebt. Was sind wir da, wir kleinen Menschen?

Aber ausgerechnet angesichts dieser unbeschreiblichen Größe und Schönheit der Schöpfung und des Eindrucks einer schieren Bedeutungslosigkeit unserer selbst wandeln sich die Worte des Psalms überraschend von einer Frage zu einem geradezu bewundernden Ausruf: Was ist der Mensch! Kein Fragezeichen, sondern ein Ausrufezeichen! Und warum das? Weil jeder einzelne Mensch, so wie er oder sie ist, von Gott wunderbar geschaffen wurde und von ihm seine Würde ableitet. Oder in den Worten des Psalms: „Du hast ihn wenig niedriger gemacht als Gott.“ Und dann wird alles aufgezählt, wozu wir bevollmächtigt sind, um im Auftrag Gottes unsere Welt in Besitz zu nehmen, sie zu bebauen, zu pflegen und zu entwickeln. Hier liegt unsere Bestimmung – und daran hat sich bis heute nichts geändert, ja rückt erneut ins Bewusstsein angesichts der drängenden Fragen von Klimawandel und wachsender politischer Unsicherheit in der Welt.

Doch genau hier liegt auch das Problem, an dem wir uns seit jeher abarbeiten: „Du hast ihn wenig niedriger gemacht als Gott.“

Es sind diese zwei kleinen Wörter „wenig niedriger“, die wir in der Menschheitsgeschichte als tief sitzende Kränkung erleben. Dass wir nicht wie Gott sind, sondern „niedriger“, nur wenig zwar, aber eben niedriger: Dieser Stachel sitzt tief! Schon die Urgeschichte der Bibel nennt dies als entscheidenden Grund, weshalb es zur Entzweiung zwischen Gott und den Menschen kommt: „Ihr werdet sein wie Gott“, lockt die gewitzte Schlange. Nicht „wenig niedriger“, nein: sondern wie Gott! Damit hat sie präzise getroffen, was uns als Menschen letztlich bestimmt: Wir wollen mehr sein, wollen selbst den Ort in unserer Welt bestimmen und das Heft des Handelns ergreifen. Im Grunde ist unsere menschliche Geschichte immer auch die Geschichte, über uns hinaus wachsen zu wollen, um selbst Gott zu werden und den Himmel leer zu räumen. „Homo Deus“, nennt Yuval Noah Harari seinen Bestseller: Der Mensch wird Gott. Dieser

Anmaßung verfallen wir in vielen Beziehungen. „Wenig niedriger“: Das muss doch nicht so bleiben! Das muss sich doch ändern lassen!

Und damit stehen wir vor der Frage nach der „Selbstoptimierung“, die unseren Studienkurs in vielen Facetten beschäftigen wird. Auch hier erleben wir viel Widersprüchliches: Während zur „Optimierung“ der Lebensbedingungen unserer Erde herzlich wenig getan wird, ja wo wir geradezu sträflich nachlässig mit dem Auftrag zur Weltverantwortung umgehen, rückt zumindest in der technologisch entwickelten Welt Europas, Nordamerikas und Ostasiens die Sehnsucht nach Perfektionierung des Lebens immer stärker in den Vordergrund. Und da muss es nicht schon um die Entwicklung von Designer-Babys gehen, die sich am Horizont ankündigt. also von Nachkommen nach Maß. Es hat längst bei uns selbst angefangen. Natürlich kann man „Selbstoptimierung“ sportlich sehen. Niemand wird etwas dagegen haben, die eigene Leistungsfähigkeit zu verbessern, solange man nicht zu verbotenen Substanzen greift. Und die so genannten „Wearables“, also kleine Computersysteme, die wir am Körper tragen und die uns anzeigen, wie fit und gesund wir sind bzw. das Gegenteil davon, sind längst Ausdruck des modernen Lifestyles geworden. Die Kirchen sind da keine Spielverderber, auch wenn man sich bewusst machen sollte, was eigentlich mit der Fülle der Daten geschieht.

Problematisch wird der Drang nach „Selbstoptimierung“ dort, wo er die Verbissenheit und Zwanghaftigkeit hineinführt, nur noch sich selbst zu bespiegeln und sich ständig unter Druck zu setzen, die eigenen Grenzen auszuweiten, also das „wenig niedriger“ noch ein wenig kleiner werden zu lassen. Das kann geradewegs in einen narzisstischen Egoismus hineinführen, der sich selbst zum Maß aller Dinge macht und der alles Denken und Fühlen nur noch um die eigene Person und die eigene Leistung kreisen lässt. Spätestens dann aber droht die Gefahr, sich zu überfordern und an den selbst gesetzten Zielen hoffnungslos zu scheitern. Das kann uns nicht gut tun!

Was aber dann, liebe Gemeinde? Besser alles beim alten belassen? Besser keinen Sport treiben? Unsinn! Aber mithilfe unseres Psalms rücken wir die Maßstäbe zurecht, mit denen wir uns und die Welt vermessen. Leistung ist nicht von vornherein etwas Schlechtes. Wir alle haben Fähigkeiten und Fertigkeiten, die wir entwickeln können: körperliche, geistige, emotionale. Das ist der Sinn von Erziehung, Bildung, auch von Training. Aber das „Schneller, höher, stärker“, dieser olympische Leitgedanke, kehrt sich geradewegs gegen uns, wenn er verwechselt wird mit dem Willen zur eigenen Selbstvervollkommnung. Wir alle stoßen irgendwann an Grenzen, der eine eher, die andere später. Ganz wesentlich ist, dass wir von dieser Erfahrung der eigenen Begrenztheit nicht unser Selbstwertgefühl abhängig machen. Sonst wären wir alle früher oder später nur Verlierer!

Nein, wir müssen uns nicht mühsam optimieren oder perfektionieren, sondern können gelassener und barmherziger mit uns umgehen, wenn wir erkennen, dass uns das, was uns als unverwechselbare Personen mit unterschiedlichen Begabungen ausmacht, längst geschenkt ist: Uns alle, wie wir nun einmal sind, sagt unser Psalm, hat Gott mit „Ehre und Herrlichkeit gekrönt“. Die entscheidenden Fragen lauten dann: Was ist mir im Leben alles zugekommen, ohne dass ich etwas dafür getan hätte? Was kann ich alles? Und auch: Was macht mich so glücklich, dass ich gern lebe?

Wenn wir darauf für uns Antworten finden, sind wir schon raus aus dem Hamsterrad der Selbstoptimierung und der Selbstperfektionierung. Wir können zu uns stehen, wie wir sind, und uns da ändern, wo wir uns wirklich und aus freien Stücken ändern wollen – und nicht bloß, weil es andere tun! Dann freuen wir uns auch an dem, was andere leisten können und für uns wahrscheinlich unerreichbar bleibt, und werden dankbar für alles, was wir unsererseits zu tun in der Lage sind.

Was ist der Mensch? Staunend erkennen wir: „Niedriger als Gott“ sind wir – doch zugleich unendlich mehr als die „Vögel unter dem Himmel“ und die „Lilien auf dem Feld“, von denen Jesus sagt, dass auch sie aus Gottes Liebe leben. Ausgerechnet in der Welt des Profisports hat sich in den letzten Jahren ein Wort eingebürgert, das wir auch im Blick auf uns selbst wieder lernen sollten: Es ist „Demut“. Sie weiß um die Möglichkeiten, die uns geschenkt sind, und um die Grenzen, an die wir stoßen – und in beidem gibt sie Gott, dem Schöpfer, die Ehre. Das ist vielleicht nicht das Maximum, aber es ist das Optimum, das Beste für uns. Amen.

Prof. Dr. Martin Hein

Bischof der Evangelischen Kirche von Kurhessen-Waldeck

**ekkw.de-Internetservice**

© Dieses Dokument ist urheberrechtlich geschützt und elektronisch im Internet abrufbar unter <http://www.ekkw.de>. Bei Fragen zu diesem Dokument wenden Sie sich bitte an die ekkw.de-Onlineredaktion im Medienhaus der Evangelischen Kirche von Kurhessen-Waldeck, Heinrich-Wimmer-Str. 4, 34131 Kassel, Tel.:(0561) 9307-124, Fax (0561) 9307-188, E-Mail: [internetredaktion@medio.tv](mailto:internetredaktion@medio.tv)