

# Mehr sein

Der Mensch zwischen Verantwortung, Vermessenheit und Verheißung  
Eröffnungsvortrag zum 12. Internationalen Kongress für Psychotherapie  
und Seelsorge (17.–20. April 2024 in Würzburg) am 17. April 2024

Michael Herbst

## Zur Einstimmung: Three Christs of Ypsilanti

Sehr geehrte Damen und Herren, liebe Kolleginnen und Kollegen, in den späten 1950er Jahren # wagte der amerikanische Psychiater Milton Rokeach (1918–1988) ein – später sehr umstrittenes – Experiment. Er traf in der staatlichen psychiatrischen Klinik von Ypsilanti bei Detroit gleich auf *drei* Patienten, die von sich sagten: »Ich bin Jesus Christus.« Alle drei bestanden darauf, als Jesus Christus angesprochen zu werden, und nicht als Joseph, Clyde und Leon. Rokeach hatte schließlich eine Idee: Er brachte die drei in *einem* Raum unter und hoffte, durch ihre Begegnung, durch die Konfrontation mit den anderen Christussen würde ihr Wahn zusammenbrechen. Das Treffen der Messiasse verlief allerdings nicht wie erhofft. Als Rokeach einen fragte, wie es sein könne, dass die beiden anderen *auch* Jesus seien, winkte der bloß ab und sagte: »Ach wissen Sie, das sind bloß Insassen einer psychiatrischen Klinik.«<sup>1</sup>

Nun könnte man die Geschichte als ein Extrem abtun: eben als eine in der Psychiatrie durchaus bekannte Wahnvorstellung. Wäre da nicht das spannende Resümee, das Milton Rokeach selbst nach seinen Erlebnissen mit den »three Christs of Ypsilanti« festhielt. # Er hatte mit allerlei Tricks gearbeitet, für die er später hart kritisiert wurde; um jeden Preis sollte dieses Experiment gelingen. Sehr viel später bekannte er reumütig, er habe die drei nicht von *ihrem Wahn* heilen können – sie ihn aber *von seinem!*

«It did cure me of my godlike delusion that I could manipulate them out of their beliefs.»<sup>2</sup>

Also: »Das Ganze heilte mich von meinem Gotteswahn, ich könnte sie aus ihren Überzeugungen heraus manipulieren.«<sup>3</sup>

Rokeach beschreibt damit die Frage, die Sie mir für diesen Vortrag gestellt haben: Was ist eigentlich das menschliche Maß für das, was wir als menschliche Wesen sein, bewirken und tun können, # ohne weder unsere Möglichkeiten zu unterschreiten noch maßlos zu werden und dem Versprechen der Schlange auf den Leim zu gehen?

---

<sup>1</sup> Vgl. Milton Rokeach (2011); in Deutsch: Milton Rokeach (2021). Vgl. auch <https://www.faz.net/aktuell/feuilleton/buecher/rezensionen/sachbuch/milton-rokeach-und-seine-studie-ueber-drei-christus-patienten-17462199.html> – aufgesucht am 6. April 2024.

<sup>2</sup> [https://en.wikipedia.org/wiki/The\\_Three\\_Christs\\_of\\_Ypsilanti](https://en.wikipedia.org/wiki/The_Three_Christs_of_Ypsilanti) – aufgesucht am 8. April 2024.

<sup>3</sup> Übersetzung: M.H.

»Ihr werdet sein wie Gott und wissen, was gut und böse ist.«<sup>4</sup>

Das Versprechen der Schlange gilt ja Adam und Eva, beide psychisch bis dahin einigermaßen unauffälligen Wesen, die aber an diesem Tag ihrem ganz eigenen Gotteswahn zum Opfer fallen: werden wie Gott. Dann aber haben wir es nicht nur mit dem *psychiatrischen* Phänomen des Gotteswahns zu tun, sondern auch mit dem *spirituellen* Phänomen der maßlosen Selbstüberhöhung des Menschen, ja, und das ist besonders beunruhigend in einer Versammlung wie der unseren: der Hybris des Seelsorgers, der Therapeutin oder des Psychiaters. #

## 1. Worin zeigt sich die Versuchung, das menschliche Maß zu überschreiten?

Um dem Problem näher zu kommen, brauchen wir einen Blick auf die Phänomene. Wir fragen also: Worin zeigt sich der Wunsch nach Selbstüberhöhung? Wo finden wir im alltäglichen außerklinischen Raum die Versuchung, mehr sein zu wollen als ein Mensch? Dabei gebe ich vorab gleich einmal zu, dass sich das Ganze umso schwieriger darstellte, je länger ich darüber nachdachte. #

### *Schwieriger als gedacht...*

Zunächst erschien es ja ganz klar: Es geht hier um *Selbstoptimierung*, also die diversen *Versuche* von Menschen, sich und ihr Leben zu *optimieren*.<sup>5</sup> In jeder Hinsicht alles aus sich herauszuholen, äußerlich und innerlich: Aussehen, Fitness, innere Balance, zielorientiertes Arbeiten, reife Beziehungen. Sei einfach die beste Version von dir selbst! #

Oder geht es noch um mehr. Geht es auch um umfassende *Selbstbestimmung*, also den *Anspruch* des Menschen, sich selbst zu seinem eigenen Projekt zu machen? Anders gefragt ginge es dann um weitestgehende Autonomie, also um den Anspruch, dass jeder und jede selbst entscheidet, wer und was er oder sie ist? Oder gar nicht mehr ›er oder sie‹. Das bedeutete ja, dass ein Mensch keine Vorgaben zu dulden hat, kein ›datum‹, kein Gegebenes, schon gar kein von Gott Gegebenes, Geschenktes und Verordnetes, dass ›Mensch‹ vielmehr Herr seines Wesens ist, Captain seiner Seele und Produzent seiner Identität. In jeder Hinsicht. Menschliches Faktum, nicht göttliches Datum.

Oder es geht um die große Frage des Posthumanismus, was denn ›nach dem Menschen‹, wie er ist, kommt, wenn Künstliche Intelligenz und implantierte Computertechnologie unsere menschlichen Möglichkeiten erweitern, wenn die Grenzen zwischen Mensch und Maschine fluide werden, und wenn sogar die Sterblichkeit des Menschen besiegt werden könnte.<sup>6</sup>

Selbstoptimierung, Selbstbestimmung und Selbstüberbietung... Das Spektrum dessen, worum es dann gehen könnte, wäre denkbar breit, nahezu unübersichtlich, irgendwo zwischen Ratgebern zur Perfektionierung des Alltags hier und Hoheit über die eigene Identität dort. Das schien mir aber für einen abendlichen Vortrag dann doch ein bisschen zu viel – und zu ungeordnet. #

---

<sup>4</sup> Nach Gen 3,5 (Luther 2017).

<sup>5</sup> Vgl. <https://www.aerzteblatt.de/archiv/230225/Selbstoptimierung-Problematischer-Trend> – aufgesucht am 8. April 2024.

<sup>6</sup> Vgl. Oliver Dürr (2021).

## ***Theologische Schützenhilfe: Die ›mythische Erzählmaschine‹<sup>7</sup> unserer Kultur***

Etwas einfacher wurde es, als ich auf den Bochumer Theologen Günter Thomas und sein Buch über *Gottes Weltabenteuer* stieß. Es gehört meiner Überzeugung nach zu den spannendsten Büchern der letzten Jahre. Auch Günter Thomas fragt, worin sich denn der Versuch des Menschen zeigt, sich selbst als Schöpfer des guten und gelingenden Lebens gegenüber zu treten?

Und er antwortet auf diese Frage, indem er die Mythen, wie er es nennt, nacherzählt, also die Erzählungen, die uns gerade besonders berühren und bewegen. Günter Thomas beschreibt drei Mythen des säkularen Menschen auf der Suche nach dem guten Leben. Und ja, ein bisschen von der Selbstoptimierung und Selbstbestimmung begegnet uns auch hier, aber doch übersichtlicher. Die drei Wege heißen: Vitalismus, Neostoizismus und ›verzweifelte Hoffnung‹.<sup>8</sup> Ich stelle sie kurz vor und ergänze jeweils eigene Beobachtungen:

- Der *Vitalismus* # feiert das starke und schöne Leben. Wir finden diese Idee in unseren Wellness-Oasen und Fitness-Studios. [Sie müssen jetzt aber nicht Ihren Fitness-Tracker unter dem Pullover verstecken!] Vitalismus ist *olympisches* Leben, Streben nach höchster Leistung und Sieg in jedem Wettbewerb. Denn das olympische Leben ist Kampf, ein Kampf, in dem ich mich *durchsetzen* will, aber auch durchsetzen *muss*, wenn ich bestehen will. »Die grundlegende Metapher des Lebens ist für den Vitalismus der Kampf. Die Verbesserung des Lebens als Durchsetzungsprozess ist sein Programm.«<sup>9</sup> Es sind die Superhelden von Marvel, die den Vitalismus widerspiegeln, die Yedi in den Star Wars Filmen, die Helden, die den Wüstenplaneten Dune zurück erobern. Religiöse Anknüpfungspunkte fände der Vitalismus kaum im Christentum, wohl aber in den nordischen Religionen der Stärke, der Ehre und des Kampfes.<sup>10</sup>
- Ganz anders sieht es im *Neostoizismus* aus. Er lebt in den Buchhandlungen, und zwar in den Abteilungen zum Coaching, zur Selbsthilfe und Lebensberatung. Ihn finden wir in den Podcasts, die »Your best year ever«<sup>11</sup> versprechen. Der Neostoizismus ist vor allem auf den Nahbereich des eigenen Lebens ausgerichtet. Er verspricht wie etwa Stephen Covey sieben Schritte zu einem effektiven Leben.<sup>12</sup> Oder er bietet mit Jordan Peterson »12 rules for live«.<sup>13</sup> Es geht darum, wenn schon nicht *die Welt*, dann doch *das eigene Leben* in Ordnung zu bringen und das Beste aus der eigenen Lebenszeit herauszuholen. Neostoische Literatur ist dabei erstaunlich unpolitisch. Um uns *selbst* geht es. Im Nahbereich. Wir sollen klären, was wir wirklich wollen im Leben und unsere Ziele dann diszipliniert anstreben. Und dafür ist jeder Einzelne selbst verantwortlich. Kein anderer kann das für das neostoische Ich tun.
- Noch einmal anders kommt *die ›verzweifelte Hoffnung‹* daher. Wer verzweifelt hofft, hat den grundlegenden Optimismus der Nachkriegszeit und auch der 68er Jahre hinter sich. Zu schlimm sieht es in der Welt aus, zu nah ist die apokalyptische Katastrophe, der Klimakollaps, der Zusammenbruch der Weltordnung. Hier geht es nicht mehr um *Utopien* einer

---

<sup>7</sup> So nennt es Günter Thomas (2020), 34, in dem jetzt vorzustellenden Buch über *Gottes Weltabenteuer*.

<sup>8</sup> Vgl. *Ibid.*, 26–50.

<sup>9</sup> *Ibid.*, 40.

<sup>10</sup> Vgl. *Ibid.*, 42.

<sup>11</sup> Vgl. Michael Hyatt (2018).

<sup>12</sup> Vgl. Stephen Covey (2000).

<sup>13</sup> Vgl. Jordan B. Peterson (2018).

besseren Welt, hier geht es um *Dystopien*, um Schreckens-Szenarien. Den Dystopien kann man nur mit heldenhaftem und kompromisslosem Einsatz wehren. Wer wenn nicht wir kann die Katastrophe noch aufhalten? Aber wir sind die ›letzte Generation‹. Darum müssen wir alles versuchen, auch Regeln brechen, die Mächtigen zwingen, endlich zu tun, was nötig ist. Wir haben nur diese einzige Chance. Und wer nicht für uns ist, ist gegen uns.

Soweit Günter Thomas. Drei Mythen, in denen Menschen ihr Leben zum Guten hin verändern möchten. Drei starke Kräfte in einer säkularen Kultur. Drei Ansätze das eigene Leben zu erschaffen, auf dass es ein gutes Leben wird. Dabei haben alle drei Wahrheitsmomente, sie zeigen uns ja Aspekte guten Lebens, denen wir nicht grundsätzlich widersprechen. Zugleich zeigen sich hier aber auch die Neigungen zur Maßlosigkeit, zum totalen Sieg, zum beherrschten Leben, zum regelbrechenden Einsatz. Das Gute, die Freude am Wettkampf, das zielorientierte Leben, der Einsatz für die Schöpfung, wird zum Letzten, Höchsten und Besten, woran unser Herz hängt. Und die Schlange in uns flüstert: Ach, wenn wir das hätten, dann wären wir wie Gott! #

Vielleicht müssten wir noch weitere Mythen ergänzen. Vielleicht gibt es ja nicht nur drei, sondern noch weitere. Ich dachte dann z.B. an den Mythos der gebrochenen Heiligen, der Vorbilder, die durch Scheitern und Schmerz gingen und uns die Botschaft übermitteln: Du kannst ein großartiges Leben führen, auch wenn schon einmal fast am Ende warst. Nach tausend Niederlagen kannst Du wieder aufstehen und immer noch Großes bewirken. Wir dächten dann vielleicht an Lady Diana, die Ikone eines durch Schmerzen hindurch errungenen eigenen Lebens.<sup>14</sup> Oder in den Netflix-Erzählungen an den Polizisten John Nolan in der US-Serie *The Rookie*, einen 45jährigen geschiedenen und geschäftlich gescheiterten Polizeianwärter. Seine Story ist genau das: gebeutelt und gebrochen, aber immer wieder aufgestanden und am Ende ein gutes Leben, weil er sich nicht aufgegeben hat.

### ***Spirituelle Selbstoptimierung?***

Und vielleicht müssen wir auch einen christlichen Ableger benennen, der die Christenheit durch ihre ganze Geschichte begleitet: die Sehnsucht nach der vollkommenen Heiligung, die die Sünde endgültig hinter sich lässt. Die Nachfolge Christi, in der wir uns mehr und mehr in das Bild Christi verwandeln. Nun heißt es hier nicht: Ihr werdet sein wie Gott. Aber immerhin heißt es hier: Mehr und mehr *wie Jesus* werden. Und ist das nicht eine Botschaft in unseren Predigten und den Anleitungen zur ›Jüngerschaft‹: ›mehr und mehr wie Jesus werden?‹ Gute Botschaft nicht *predigen*, sondern selbst gute Botschaft *sein*! # Besonders klar und präzise sagt es der christliche Philosoph Dallas Willard (1935–2013):

»Als Jünger bin ich mit ihm zusammen, aus freier Entscheidung und aus Gnade, und lerne von ihm, wie man im Reich Gottes lebt. [...] Dass bedeutet, [...] dass wir in dem Bereich leben, wo Gottes Wille zur Geltung kommt und sein Leben durch unseres hindurchfließt. Anders ausgedrückt: Ich lerne von Jesus, mein Leben so zu leben, wie er es tun würde, wenn er an meiner Stelle wäre. Ich lerne nicht unbedingt alles, was er getan hat, aber ich lerne, all das, was ich tue, so zu tun, wie er das Seine tat.«<sup>15</sup>

---

<sup>14</sup> Vgl. dazu bereits: Michael Nüchtern (1998), 11–47.

<sup>15</sup> Dallas Willard (2022), 480f.

Aber gehört das überhaupt hierher - zu den Mythen des überehrgeizigen Menschen? Ist es nicht ganz richtig und wichtig, im Glauben zu wachsen, der Heiligung nachzustreben und Jesus ähnlicher zu werden? Was sollte daran falsch sein?

Nun, es ist wieder dieselbe Versuchung (der Willard nicht erliegt!). Der kleine Schritt über die Grenze. Die Versuchung, das Maß und die Mitte zu verlieren. Die Versuchung, sich von der Gnade, die jeden Morgen neu ist, zu emanzipieren. Die Versuchung, das vollkommene, heile, gottgefällige Leben *schon jetzt* ganz und gar zu leben. #

Im Gleichnis von den beiden verlorenen Söhnen<sup>16</sup> gibt es ja nicht nur den einen, der bei den Schweinen landet. Es gibt auch den anderen, den Musterknaben, den Makellosen, der dem Vater seine Verdienste vorhält, voller Stolz, aber auch voller Bitterkeit, weil der Vater ihn nicht großzügiger belohnt und sich stattdessen dieses heruntergekommenen Bruders annimmt. Er ist dem Vater ferner als der verlorene Bruder: voller Stolz, aber auch voller Lieblosigkeit und Neid. #

Dietrich Bonhoeffer (1906–1945) erzählte einmal von einer Begegnung mit einem jungen französischen Pfarrer. Sie tauschen sich darüber aus, was sie sich für ihr Leben vorgenommen haben. Der junge Pfarrer sagte: »Ich möchte ein Heiliger werden.« Bonhoeffer notiert später: »Das beeindruckte mich damals sehr. Trotzdem widersprach ich ihm und sagte ungefähr: ich möchte glauben lernen.«<sup>17</sup>

Das Problem zeigt sich in der christlichen Geschichte wieder und wieder: # Das Streben nach Vollkommenheit endet entweder in der *Verzweiflung*, weil ich wieder und wieder scheitere, oder im *Stolz* auf das selbst Erreichte, im *Hochmut* gegenüber denen, die es nicht so weit brachten. Der Verzweifelte und der Stolze scheitern aber am Ende *beide*, weil sie bei sich bleiben, in sich verkrümmt: Der Verzweifelte, weil er das Erbarmen Gottes nicht findet, der Stolze, weil er es nicht braucht. In den Evangelien hat es Jesus immer mit beiden zu tun: mit Pharisäer und Sünder. Es ist ein hauchdünner Unterschied: bei Jesus sein zu wollen und tatsächlich – tatsächlich! – von ihm verwandelt zu werden und doch täglich über unverdiente Gnade froh zu sein. Eben: Sünder und Gerechter zugleich zu bleiben.<sup>18</sup> Eben: kein Heiliger, aber ein Glaubender zu werden. Oder: christlich-olympisch, christlich-neostoisch oder christlich-verzweifelt hoffend nach Vollkommenheit zu streben. ›Thirty Christs in the local church?‹

Ach, und übrigens: Das genau ist auch das Elend des säkularen Olympioniken, des weltlichen Stoikers und des glaubensfernen Apokalyptikers: so allein für sich und fern von Gott drohen ihnen Verzweiflung oder Stolz, maßlose Erschöpfung oder titanenhafte Selbstüberhöhung. Zu diesem oder jenem neigen sie immerzu, so fern von Gott, so emanzipiert von der Demut gegenüber dem Schöpfer.

### **Zwischenstopp 1: Was haben wir also bis hierher?**

Wir haben eine Annäherung versucht an den Menschen, der sein Maß verliert, an die Versuchung, sein zu wollen wie Gott. Wir sind durchaus sympathischen Gestalten begegnet, säkularen wie frommen. Und wir sahen, dass es auch eine christliche Variante gibt: das Streben nach vollkommener Heiligung im Hier und Jetzt. Beide sehen wir in Gefahr, die säkularen wie

---

<sup>16</sup> Vgl. Lk 15,11–32.

<sup>17</sup> Dietrich Bonhoeffer (1998), 541f.

<sup>18</sup> Vgl. Oswald Bayer (2018), 249–264.

die spirituellen Heldinnen und Helden: zwischen Stolz und Verzweiflung, zwischen Hochmut und Erschöpfung. #

## 2. Moment mal, stimmt das alles überhaupt? Oder sind wir jetzt auf einem Irrweg?

Wer jetzt ein paar Minuten zugehört hat, könnte den Eindruck bekommen, dass ich Ihnen ein handelsübliches Schema verkaufen möchte. Das funktioniert ungefähr so: Wir nehmen teils empathisch, teils kopfschüttelnd zur Kenntnis, auf welche verrückte Ideen Menschen kommen, um ein gutes Leben zu erschaffen. Und wir wissen ja spätestens nach 5 Minuten: Das ist alles aus Sicht des christlichen Glaubens ein totaler Irrweg. Wie kann man nur auf solche Ideen kommen! Da ist es doch schon wieder: »Ihr werdet sein wie Gott!« In Wahrheit ist doch alles Gnade. In Wahrheit gilt doch: Wir können gar nichts machen, alles ist Geschenk.

Und seelsorglich geschult, erkennen wir sofort, in welche seelischen und sozialen Notlagen sich der Mensch hineinmanövriert, der so oder so versucht, sein Leben allein aus seiner schöpferischen Kraft heraus auf die Reihe zu bringen! Und dann sind wir hier schnell fertig und dürfen auf Häppchen und Wein hoffen.

Nun, ganz so einfach ist es nicht. Die Frage: »Was kann der Mensch und was kann er nicht?« bedarf einer komplexeren Antwort. Und der nähern wir uns jetzt mit einigen kleineren Schritten:

Wir hatten schon bemerkt, dass alle diese Mythen ein Wahrheitsmoment haben. O.k. Haken dran! Wir hatten auch festgestellt, dass die Maßlosigkeit das Problem ausmacht. Es ist die Verweigerung, die Grenzen des Menschlichen zu achten, die das alles ins Böse und Leidvolle wendet. Auch o.k. Haken dran. Damit wir uns jetzt nicht verirren, müssen wir aber auch fragen, ob denn das *Gegenteil* eine bessere Lösung wäre? #

### ***Wäre denn das Gegenteil eine bessere Lösung?***

Etwas spitz gefragt: Wäre es besser, wenn Menschen genau das Gegenteil täten? Wenn es so gefährlich ist, werden zu wollen wie Gott, sollten wir lieber gar nichts tun, kein Ziel anstreben, uns keine Mühe geben? Nicht um Siege kämpfen, weder im Sport noch sonst im Leben! Uns nicht länger mühen, das Leben im Nahbereich zu ordnen, sich also keine Ziele setzen, es einfach so laufen lassen. Oder sich nicht um den Bestand der Erde sorgen, sich nicht einsetzen für die Reduzierung der CO<sub>2</sub>-Emissionen und den Schutz von Fauna und Flora. Sollen also die Menschen ihr Scheitern als Schicksal annehmen? Sollen Christen aufhören, sich nach Erneuerung ihres Lebens im Geist Christi zu sehnen? Wäre das besser, christlicher, realistischer oder auch gesünder und seelisch förderlicher?

Kaum. Nein, das wäre es nicht, für Menschen jenseits des Glaubens nicht und für gläubige Christenmenschen schon gar nicht. Es gäbe Gott nicht *mehr* die Ehre. Es wäre kein *besserer* Umgang mit unserer Rolle als Geschöpfe gegenüber dem Schöpfer. #

### ***Die Trägheit als Form der Sünde***

Hier hilft uns eine Unterscheidung weiter, die wir dem großen Schweizer Theologen Karl Barth (1886–1968) verdanken. Er unterscheidet im Blick auf die Sünde des Menschen die Sünde *als Hochmut* von der Sünde *als Trägheit*.

Die Seite des Hochmuts, der Hybris, schien heute Abend schon durch: Es ist das Bestreben des Menschen, sein zu wollen wie Gott, sich Gottes Stellung anzumaßen. In der griechischen Mythologie ist das Prometheus, der den Göttern das Feuer raubt.

Karl Barth macht aber darauf aufmerksam, dass nach Jer 17,9 das Herz des Menschen nicht nur trotzig, sondern auch verzagt ist. Und deshalb gibt es nicht nur den Hochmut als Gestalt der menschlichen Aufruhr gegen Gott, sondern auch die Trägheit, den Faulpelz, den Siebenschläfer. #

Nicht nur das Tun des Bösen, auch das Unterlassen des Guten ist Auflehnung gegen Gott.<sup>19</sup> Seine Trennung von Gott

»treibt den Menschen nicht nur in einen Allmachts-, sondern ebenso in einen Ohnmachtswahn. Ohnmachtswahn bedeutet: Der Mensch bleibt hinter seinen Möglichkeiten zurück. Er bläht sich nicht nur auf, er macht sich auch klein. In seinem Unglauben vergisst er, dass er von Gott wunderbar gemacht ist (Psalm 139,14), dass er wenig niedriger gemacht ist als Gott (Psalm 8,6). Er vergisst, dass er in Gott einen starken Bundespartner hat, der ihm, dem Menschen viel zutraut.«<sup>20</sup>

Hier haben wir es mit dem Menschen zu tun, der unter seinen Möglichkeiten bleibt und sich treiben lässt, seine Schätze vergräbt und an den Gelegenheiten vorübergeht, das ihm mögliche Gute zu tun. #

Wir sprechen dabei vom *Menschen*, nicht nur vom *gläubigen* Menschen. Es gehört zur Gnade Gottes, dass auch der Mensch jenseits von Eden zu Gutem in der Lage ist. »Ihr, die ihr böse seid«, sagt Jesus, »wisst euren Kindern gute Gaben zu geben.«<sup>21</sup> Darauf bauen wir auch in Seelsorge, Beratung und Therapie. Auch wer nicht glaubt, kann lernen, an sich arbeiten, sich verändern und ungesunde Schemata hinter sich lassen. Er ist zwar vollständig unfrei hinsichtlich seines Gottesverhältnisses, ihm fehlt der Anschluss an die besonderen Ressourcen des Glaubens, aber er ist relativ frei hinsichtlich seines irdischen Lebens, hinsichtlich der Dinge unter ihm, wie es Luther sagt, hinsichtlich der ›inferiora‹.<sup>22</sup> Das nicht in Anspruch zu nehmen, also auch hinsichtlich der Arbeit an der eigenen Seele unter seinen Möglichkeiten zu bleiben, wäre wiederum Sünde als Trägheit.

Wo treffen wir aber noch auf dieses Phänomen in der Seelsorge? Ich versuche es an drei Beispielen zu illustrieren: #

### ***Die maligne Regression***

Seelsorglich haben wir es u.a. mit dem unreifen Erwachsenen zu tun, der im Grunde in permanenter Regression allen anderen voller Ansprüche begegnet, was sie denn *für ihn* zu tun, zu ordnen, zu geben, zu klären hätten. Zumutungen darf es nicht geben, *versorgt* werden will man. Immerzu. Von den anderen.

---

<sup>19</sup> Vgl. Karl Barth (1953), 157f; Karl Barth (1955), 452–546.

<sup>20</sup> So beschreibt es Peter Bukowski, [https://www.reformiert-info.de/Die\\_Lehre\\_von\\_der\\_Suende-212-0-56-7.html](https://www.reformiert-info.de/Die_Lehre_von_der_Suende-212-0-56-7.html) – aufgesucht am 8. April 2024.

<sup>21</sup> Lk 11,13.

<sup>22</sup> Auch um diese Unterscheidung geht es Luther in *De servo arbitrio*, der Schrift über den ›unfreien Willen‹, die er zu seinen wichtigsten Schriften rechnete. Vgl. Michael Beintker (1998), 88.

Vielleicht schmückt sich solche Haltung auch noch fromm und verweist darauf, dass wir doch werden sollen wie die Kinder.<sup>23</sup> Oder jemand erklärt voller Überzeugung, dass – erstens! – Gnade doch bedeute, wir könnten rein gar nichts zu unserem Wohlbefinden beitragen. Oder dass – zweitens! – das Liebesgebot doch – natürlich von den anderen – verlange, dass sie sich um mich kümmern.

Es ist ja vielleicht sogar verständlich: Wenn das Leben schon schwierig genug ist, ist es doch kolossal entlastend, sich in die Bedürftigkeit des Kindes zurückzuziehen. Wenigstens in der Gemeinde. Wenigstens in der Seelsorge.<sup>24</sup>

Der Praktische Theologe und Psychotherapeut Klaus Winkler (1934–2000) unterscheidet im Anschluss an Michael Balint zwischen einer *benignen* und einer *malignen* Regression, also zwischen gutartigen und bösartigen Rückzügen ins kindliche Dasein. Die permanente Anspruchshaltung und Handlungsverweigerung eines Erwachsenen nennt Winkler eine ›maligne Regression‹<sup>25</sup>. Und er verweist darauf, dass wir hier der Religionskritik Freuds tatsächlich bedürfen, der dem christlichen Glauben diesen Hang zur Regression zum Vorwurf machte. Solche Regression diene der Angstabwehr, mache aber untauglich für die harte Wirklichkeit des Lebens.

Dabei billigt Winkler der Regression, dem sich zeitweise Fallenlassen, durchaus ein Recht zu. Es sei ja in sehr kritischen Lebensphasen durchaus legitim, sozusagen als Ausnahme, als zeitweise Erholung von den Anstrengungen des Erwachsenseins, sich versorgen, trösten, entlasten, vertreten und pflegen zu lassen. Wenn ich unter den Lasten zusammenbreche, Trauer mich beugt, die Seele am Boden liegt, dann hilft es nicht viel, ihr zuzurufen, sie solle sich gefälligst am Riemen reißen. Es gibt eben auch die Zeiten des Trostes, der Entlastung, des Verzichts auf allzu anstrengende Versuche, sich aufzurappeln.

Aber als dauerhafte Lebenshaltung, so Winkler, sei es zutiefst schädlich. Wir könnten mit Karl Barth sagen: es sei Trägheit als passive Variante der Sünde. Während nämlich aus der *benignen* Regression, der zeitweisen Erholung, in der ich mich fallen lassen darf, starke Impulse zur *Progression*, zum Aufbruch, zum erneuten tapferen Handeln hervorgehen, führt die *maligne* Regression in den Dauerzustand eines hilflosen Kindes.

Wir haben es dann in der Seelsorge, in der Gemeinde, in der Schule und am Arbeitsplatz mit dem Zeitgenossen zu tun, der nicht bereit ist, an seinen Problemen zu arbeiten, weil er resigniert hat, oder weil er zu bequem ist, um sich aufzuraffen. Oder weil in ihm eine stabile Erwartung lebt, ›die anderen‹ seien für sein Wohlergehen zuständig. Das kindliche Ich erhebt Ansprüche, und es tut das wahlweise in demütiger Schwäche oder in aufsässiger Durchsetzungskraft. #

Für die Gemeinde beschreibt Dietrich Bonhoeffer, welche Zumutung das auch für alle anderen bedeutet. Er denkt an Menschen, die höchste Erwartungen an die Qualität der christlichen Gemeinschaft haben, dabei aber wenig selbst beitragen. Im *Gemeinsamen Leben* schreibt er: »Wer seinen Traum von einer christlichen Gemeinschaft mehr liebt als die christliche Gemeinschaft selbst, der wird zum Zerstörer jeder christlichen Gemeinschaft. [...] Er tritt als Fordernder in die Gemeinschaft der Christen, richtet ein eigenes Gesetz auf und richtet

---

<sup>23</sup> Vgl. Mt 18,3.

<sup>24</sup> Vgl. ausführlicher: Michael Herbst (2013), 97–100.

<sup>25</sup> Vgl. zum Folgenden durchgängig: Klaus Winkler Klaus Winkler (1992), 53–105.



danach die Brüder und Gott selbst. Er steht hart und wie ein lebendiger Vorwurf für alle andern im Kreis der Brüder«<sup>26</sup> (und Schwestern). #

## ***Erlernte Hilflosigkeit***

Etwas anders liegt es bei einem weiteren Beispiel. Beim Konzept der ›erlernten Hilflosigkeit‹ haben wir es nicht mit einem anspruchsvollen, kindlichen Ich zu tun, sondern mit einem enttäuschten Ich, das einfach nicht mehr glaubt, etwas tun zu können, was die eigene Lage verändert.<sup>27</sup>

Die meisten werden dieses Konzept der ›erlernten Hilflosigkeit‹ von Martin Seligman und anderen kennen.<sup>28</sup> Wenn es gut geht, lernen wir ja im Laufe unseres Leben, dass wir in einem gewissen Maß Einfluss auf den Gang der Dinge haben: Wir tun etwas und dabei kommt etwas Gutes heraus. Unser Hirn entwickelt einen gewissen Optimismus. # »Schrei und du bekommst etwas zu essen!« Das funktioniert. Wir lernen: Ich kann etwas tun. Ich habe »agency«. Ich habe Selbstwirksamkeit. Ich kann etwas ändern an meiner Lage. Ich bin einsam? Ich kann mich um Kontakte kümmern. Ich habe keinen Job? Ich kann mich bewerben. Das funktioniert auch anders herum: Ich höre auf, den Kopf gegen die Wand zu hauen – und siehe da, der Kopfschmerz ist weg. #

Das funktioniert, bis uns irgendwann das Leben vom Gegenteil überzeugt. Ich habe plötzlich keinen Einfluss. Ich bin überwältigt von einer Lebenslage. Geschieht das gelegentlich und in erträglichen Dosierungen, dann paart sich unser Optimismus mit Realismus. Manchmal kann ich eben wenig oder nichts machen. Ist in Ordnung. Es wird auch wieder anders. Es ist nur ein Beinbruch. Es war eine Pandemie, aber sie ist vorbei. Die Firma ist pleite, aber ich kann mich neu bewerben. Aber wenn das alles auf *traumatische* Weise und *immer wieder* geschieht, dann strukturiert sich unsere innere Software um. Es schleicht sich ein Muster ein: Lass es, es bringt eh nichts. Du kontrollierst gar nichts.

Martin Seligman hatte am Beispiel von Hunden gezeigt, was hier passiert. Man verpasste den Hunden zuerst moderate Stromschläge, denen sie nicht entgehen konnten. Dann setzte man sie leichten Stromschlägen aus, denen sie hätten ausweichen können. Aber sie taten es nicht. Sie hatten gelernt: Wir können nichts tun. Und darum taten sie auch nichts mehr.

Bei uns Menschen erleben wir das so: Unser ganzes Denken verwandelt sich. Kreativität verabschiedet sich. Wir suchen nicht mehr nach Lösungen. Wir riskieren nichts mehr. Wir verfallen in Resignation. #

Normalerweise stecken wir Niederlagen weg, sind eine Weile enttäuscht und erheben uns dann zum nächsten Versuch. Wer Hilflosigkeit erlernte, tickt anders. Nehmen wir einen Fall, den Henry Cloud erzählt<sup>29</sup>, von einem Manager im Vertrieb. Er bietet einem wichtigen Kunden einen Deal an. Der Kunde ist trotz aller Bemühungen des Managers nicht interessiert. Der Manager geht mit leeren Händen. Geht es gut, schüttelt er sich und ruft den nächsten Kunden an. Geht es nicht gut, dann agiert er hilflos. Er reagiert mit den drei ›P‹, mit drei inneren Überzeugungen. Er sagt: #

---

<sup>26</sup> Dietrich Bonhoeffer (2002), 24.

<sup>27</sup> Vgl. Martin E. P. Seligman (1979).

<sup>28</sup> Vgl. z.B. auch Henry Cloud (2013), 99–123.

<sup>29</sup> Ibid., 110–116.

- **»It's personal!«** Es liegt an mir. Ich habe es vermasselt. Ich bin einfach nicht gut genug. Nicht der Kunde war das Problem, ich war es. Ich bin ein Loser. Kein Wunder, dass ich nichts verkaufe. Ich kann es einfach nicht.
- Und dann sagt er: **»It's pervasive!«** Es ist also nichts ein spezifisches, isoliertes Scheitern, eine Niederlage, ein misslungenes Gespräch. Es ist mein Leben: Alle denken, ich kann nichts. Und unsere Firma taugt auch nichts. Auch meine Freunde sehen mich kritisch. Meine Frau denkt, ich sei ein Loser. Alles Mist, nichts ist gut.
- Und schließlich sagt er: **»It's permanent!«** Da wird sich auch in Zukunft nichts daran ändern. Es geht jetzt immer und immer so weiter. Und daran kann ich nichts ändern. Warum sollte ich es überhaupt noch versuchen? Warum immerzu eine blutige Nase holen. Ich lass es.

Im Ergebnis erfüllen sich solche Prophezeiungen dann gerne von selbst. Und es entwickelt sich ein Strudel, aus dem man kaum ohne Hilfe herauskommt. Denn worauf es ankäme, wäre auch: die eigenen Gedanken festzuhalten, anzuschauen und zu prüfen: Stimmt das eigentlich. Ist es ›personal‹? War ich und *nur ich* schuldig? Und ist es immer so? Immer, ohne Ausnahme? Und ist es umfassend, in allen Bereichen meines Daseins? Oder stimmt etwas mit meinem Denken nicht, mit den Grundannahmen in meinem Leben? Habe ich vielleicht nicht über alles, aber doch über einiges die Kontrolle? Kann ich einüben, was Henry Cloud ›Find-a-way-Thinking‹ nennt: Finde eine Lösung! Kann ich andere Denkmuster einüben? Kann ich die Ausnahmen von der Regel sehen, die mir gerade so unerbittlich richtig zu sein scheint? Kann es ich mal wieder versuchen und dann sagen: O.k., ich habe wohl doch mehr Einfluss als ich dachte.

Fatal wäre jedenfalls eine Gemeinde, die die erlernte Hilflosigkeit noch verstärkt und sagt: Du, so ist das im Leben! Wir sind so übel dran, dass wir eigentlich nichts Gutes zu tun vermögen.

Die menschliche Trägheit als Sünde, als Neigung zu infantilem Rückzug. Oder als erlernte Hilflosigkeit. Nun noch ein ganzer anderer Fall, sozusagen von der anderen Seite her formuliert. Die menschliche Hilflosigkeit kann auch politisch instrumentalisiert werden. Es ginge dann um eine *politische* Seelsorge, auch in unseren Gemeinden, gegenüber einer fatalen Anfälligkeit für den Populismus: #

### ***Der Mensch als »Opfer des Systems«***

Auf diese politische Seite von menschlicher Trägheit macht Marina Weisband, die deutsch-ukrainische Publizistin aufmerksam.<sup>30</sup> Sie analysiert die Strategie populistischer Parteien in Europa so: Populistische Parteien erklären Menschen, die mit den Dingen unzufrieden sind, dass sie ›Opfer‹ sind, Opfer ›von denen da oben‹, Opfer der Lügenpresse und der Systemparteien, Opfer, die nichts gegen ihre Lage tun können – außer ihnen, den neuen politischen Kräften, das Vertrauen zu geben. Ihnen das Steuerruder zu überlassen. Lasst sie machen! Sie, die neuen Kräfte würden dafür sorgen, dass alles wieder so werde wie früher in den guten alten Zeiten. Lass es Dir sagen: Du bist ein Opfer – und wir können es richten!

Wie können wir das einordnen? Natürlich gibt es Opfer von Unrecht und Gewalt. Keine Frage. Aber hier wird nun einem beachtlichen Teil der Gesellschaft gesagt: Du bist ein Opfer. Du

---

<sup>30</sup> Vgl. als ersten Eindruck: <https://jeannette-hagen.de/news/wie-retten-wir-unsere-demokratie-frau-weisband/> – aufgesucht am 8. April 2024. Vgl. ausführlicher: Marina Weisband (2024).

kannst nichts ändern. Wir schon. Das ist - mit Karl Barth – Verführung zur Trägheit. Das ist – mit Klaus Winkler – Einladung zur Regression. Freilich gibt es auch das: Erlebte und dann auch erlernte Hilflosigkeit. Demokratie, so Marina Weisband, sagt dennoch genau das Gegenteil: Dein Beitrag zählt. Du kannst etwas bewirken. Du bist nicht Opfer, aber auch nicht Konsument. Opfer und Konsument brauchen immer den Starken, der sie versorgt. Autoritäre Regime sagen: Mach dir keine Sorgen, wir machen das schon. Demokratien sagen: Es lohnt sich, sich zu engagieren, in der Nachbarschaft, in der Kommune, in Parteien, in Bewegungen für den Klimaschutz. #

## **Zwischenstopp 2: Was haben wir also bis hierher?**

Wir haben die Gegenprobe gemacht. Wenn es dem Menschen nicht gut tut, sein zu wollen wie Gott, ist es dann besser, die Ansprüche ganz klein zu halten und zu sagen: Im Grunde genommen können wir nichts Wesentliches tun. Mit Karl Barth haben wir aber die Kehrseite der Sünde als Hochmut kennen gelernt: Sünde als Trägheit. In der Diktion unserer Tagung: Es gibt nicht nur Vermessenheit, es gibt auch ein Zurückbleiben hinter unserer Verantwortung. Wir können scheitern, wenn wir mehr als nur Menschen, mehr als Geschöpfe sein wollen, eben ›wie Gott‹. Wir können aber auch scheitern, wenn wir weniger als von Gott berufene und begabte Menschen sein wollen. Nicht nur ›mehr‹, auch ›weniger‹ wäre verfehlt. Weder eine bequeme Anspruchshaltung noch eine resignative Hoffnungslosigkeit täte uns gut und entspräche dem, wozu Gott uns erschaffen hat.

Jetzt hatten wir sozusagen ›These‹ und ›Antithese‹. Finden wir nun zu einer ›Synthese‹? Anders gefragt: Wie können wir uns denn vor Gott so verstehen, dass wir weder über dem menschlichen Maß noch unter diesem Maß bleiben? Darum nun: #

## **3. Der Mensch – das Wesen, das aus Glauben gerechtfertigt wird**

Gegenüber der Überschätzung und der Geringschätzung des Menschen begegnet uns bei Martin Luther das, was ich als eine barmherzige Nüchternheit bezeichnen möchte.

### ***Disputatio de homine (1536)***

Darüber, was der Mensch *ist* und was er *werden* kann, hat Luther immer wieder nachgedacht, # am dichtesten wohl in seiner *Disputatio de homine* aus dem Jahr 1536, seiner Erörterung über den Menschen.<sup>31</sup> Luther befasst sich zunächst mit den philosophischen Einsichten über das Menschliche am Menschen. Die Philosophie, so schreibt er, definiere »den Menschen als vernunftbegabtes, mit Sinnen und Körperlichkeit ausgestattetes Lebewesen.«<sup>32</sup> Dem stimmt der Reformator zu, nennt sogar die Vernunft eine »Sonne« und »göttliche Macht«<sup>33</sup> und stellt weiter fest: Die Vernunft unterscheidet den Menschen vom Tier, mit ihr regiert er seine Welt – und das gilt auch nach dem Sündenfall.<sup>34</sup> Darauf müssen wir noch zurückkommen. Zunächst aber geht es weiter im Gedankengang:

Luther hält sich nicht lange mit der Philosophie auf, denn er ist überzeugt, dass die weltliche Weisheit nicht *wirklich* zu erfassen vermag, was der Mensch ist. Nur das Äußere, aber nicht das Wesentliche werde auf diesem Weg ansichtig. Woher er kommt, wozu er bestimmt ist,

---

<sup>31</sup> Vgl. Gerhard Ebeling (1977). Das Original findet sich in WA 39, I, 174–180.

<sup>32</sup> Vgl. Ibid., 15 (These 1).

<sup>33</sup> Vgl. Ibid., 16 (These 8).

<sup>34</sup> Vgl. Ibid., 17 (These 9).

das alles könne die Philosophie nicht erkennen. Da müsse die Theologie eintreten und sagen, was die Philosophie nicht sagen kann.

Was tut nun die Theologie? Nun: Der Theologe Luther erzählt die Geschichte von des Menschen Glanz und Elend und seiner finalen Errettung. Er beschreibt zuerst den Menschen als Geschöpf, dazu bestimmt, über die geschaffene Welt zu herrschen und ihren Schöpfer zu ehren. Er redet weiter über den tiefen Fall des Menschen, seine Aufruhr gegen den Schöpfer. Nun sei der Mensch der Sünde und dem Tod unterworfen, obendrein unfrei, gebunden, nicht in der Lage, die Richtung seines Willens wieder zu Gott hin zu ändern.

Das alles erzählt Luther, um dann das Wesen des Menschen zu bestimmen. Was aber ist der Mensch *seinem Wesen nach*? Luthers Antwort ist so überraschend wie genial:

»Paulus fasst in Röm 3 ›Wir erachten, dass der Mensch durch Glauben unter Absehen von den Werken gerechtfertigt wird‹ in Kürze die Definition des Menschen dahin zusammen, dass der Mensch durch Glauben gerechtfertigt werde.«<sup>35</sup>

Wer ist der Mensch: der durch Glauben gerechtfertigt wird. Punkt. Damit sei alles Wesentliche über den Menschen gesagt.

Rechtfertigung des Sünders, aus purer Gnade, um Christi willen, im Glauben, das ist das Zentrum reformatorischer Theologie.

### ***Der Kleine Katechismus (1529)***

Der Reformator aus Wittenberg hat also den Menschen konsequent von der Rechtfertigung her bestimmt. Was das nun austrägt, das merkt man vor allem in einem anderen Text, der gar nicht für den akademischen Disput, sondern für die Gemeinde bestimmt war, und den Generationen von Konfirmanden auswendig lernen sollten. Es geht um die Erklärung Luthers zum ersten Glaubensartikel:<sup>36</sup> »Ich glaube an Gott den Vater, den Allmächtigen, den Schöpfer des Himmels und der Erde.« Im *Kleinen Katechismus* (1529) erklärt Luther dieses Bekenntnis zu Gott, dem Vater und Schöpfer.<sup>37</sup> Achten Sie darauf, wie er das macht. Ehemalige Konfirmanden können das natürlich jetzt aus dem Stand hier im Chor aufsagen, oder etwa nicht? Nun gut, ich helfe aus: #

Ich glaube, daß mich Gott geschaffen hat samt allen Kreaturen, mir Leib und Seele, Augen, Ohren und alle Glieder, Vernunft und alle Sinne gegeben hat und noch erhält; dazu Kleider und Schuh, Essen und Trinken, Haus und Hof, Weib und Kind, Acker, Vieh und alle Güter; mit allem, was not tut für Leib und Leben, mich reichlich und täglich versorgt, in allen Gefahren beschirmt und vor allem Übel behütet und bewahrt; und das alles aus lauter väterlicher, göttlicher Güte und Barmherzigkeit, ohn all mein Verdienst und Würdigkeit: für all das ich ihm zu danken und zu loben und dafür zu dienen und gehorsam zu sein schuldig bin. Das ist gewißlich wahr.<sup>38</sup>

Dieser Text überrascht: Wenn Luther von der Schöpfung redet, dann redet er nicht zuerst vom Kosmos und den Weiten der Welt. Er redet von einem »Ich«, vielleicht von einem märki-

---

<sup>35</sup> Vgl. *Ibid.*, 22 (These 32). »Arbitramur hominem iustificari fide absque operibus, breviter hominis definitionem colligit dicens: hominem iustificari fide.«

<sup>36</sup> Vgl. zum Folgenden auch die Ausführungen von Michael Beintker (1998), 110–126, und von Oswald Bayer (2004), 140–159.

<sup>37</sup> Vgl. die Erläuterungen zu diesem Abschnitt aus dem *Kleinen Katechismus* bei Michael Beintker (1998), 110–126, und bei Oswald Bayer (2004), 140–159.

<sup>38</sup> Amt der VELKD (2013), 470.

schen Bauern, einer Wittenberger Mutter, einem Schüler in der Lateinschule.<sup>39</sup> Kleine Leute, die hier ein ›Ich‹ bekommen. Von sich redet der, der mit der Gemeinde seinen Glauben bekennt. #

Existenziell muss von der Schöpfung geredet werden. »Ich glaube, dass *mich* Gott geschaffen hat...« Aber dieses ›Ich‹ kann man gar nicht *ohne Gott* denken. Denn ohne Gott gäbe es ›mich‹ nicht. So aber kann ich dankbar und froh sagen: Gott hat mich geschaffen. #

Und: Er hat mich versorgt. Nein, falsch, im Präsens ist zu reden: Täglich und reichlich *versorgt* er mich mit allem, was nötig ist. Die Schöpfung endet nicht mit dem, was geschaffen wurde. Sie setzt sich fort in dem, was nun auch erhalten wird. So ist hier dem glaubenden Menschen die Welt kein Jammertal, kein gefährlicher Ort, sondern der von Gott geschaffene und erhaltene Lebensraum. Und damit bekommt der Mensch ›Sinn und Geschmack‹ für das Alltägliche: Kleider und Schuh, Acker und Vieh sind nicht einfach *Dinge*, sie werden durchsichtig für Gottes Fürsorge. In allem ist Gott gegenwärtig.<sup>40</sup>

Luther spitzt seine Erklärung aber noch in zweifacher Hinsicht zu: #

- Er sagt zum einen, dass mir das alles zukommt »samt allen Kreaturen«, also nicht in einer Welt, die sich ausschließlich um dieses ›Ich‹ dreht. Sondern in Gemeinschaft, im Haus der Geschöpfe, in der Beziehungsökologie, in die wir hineingestellt wurden.
- Zum anderen aber wird der Glaube an den Schöpfer zum Evangelium, zur guten Nachricht, reformatorisch gesprochen: # Er wird eingezeichnet in die Rechtfertigung im Glauben. Denn Luther schließt mit den Worten: »das alles aus lauter väterlicher, göttlicher Güte und Barmherzigkeit, ohn all mein Verdienst und Würdigkeit«. Aus Barmherzigkeit, ohne Verdienst. Und er war der Überzeugung, das zu glauben, falle uns außerordentlich schwer. Denn wir denken ja nur zu gerne, dass wir uns das alles verdient haben, also selbst erworben haben und darum ein Recht darauf haben. Sünde als Hochmut! Nein, sagt Luther: So großzügig ist der Vater, dass er mich mit allem beschenkt, »ohn all mein Verdienst und Würdigkeit.« Darum führt die Fürsorge auch nicht in die Selbstgenügsamkeit, denn zum einen bin ich in die Gesamtheit aller Kreaturen eingebunden, zum anderen schulde ich Gott den Dank und d.h. auch einen dankbaren Umgang mit dem, was mir samt allen Kreaturen anvertraut ist. #

Das, was für uns heute Abend hier heraussticht, ist die Einsicht, dass nicht nur unser ewiges Heil, unsere Rechtfertigung im Glauben an Christus pures Geschenk ist, ohne unser Verdienst, # sondern *unser ganzes Menschsein* von der Rechtfertigung her zu verstehen ist. Oder mit Luthers *Disputatio De homine*: Es definiert den Menschen, dass er der aus Glauben Gerechtfertigte ist.

Oswald Bayer sagt es so: »Menschsein ist unverdiente, rein verdankte Existenz.«<sup>41</sup> Ich bin, weil mich Gott geschaffen hat. Jenseits des Glaubens aber sagt der Mensch: Ich bin, was ich tue, vollbringe, leiste.<sup>42</sup> Oder er klagt: Ich bin nichts, denn ich kann nichts! Da bleibt der Mensch im Selbstverhältnis gefangen, ist ›incurvatus in se ipsum‹, in sich selbst verkrümmt. Sei es stolz, sei es verzweifelt.

---

<sup>39</sup> Vgl. auch Michael Beintker (1998), 113: »Unser Blickwinkel wird in auffallender Weise nicht auf die Ferne des Anfangs oder die Weite des Kosmos, sondern in die Durchschnittlichkeit unserer Lebensführung gelenkt.«

<sup>40</sup> Vgl. Oswald Bayer (2004), 154.

<sup>41</sup> Ibid., 141.

<sup>42</sup> Vgl. Ibid., 146f.

Im Glauben wiederum ist sein Selbstverhältnis nicht aufgehoben: *Ich* glaube ja, das *mich* .... Das kann ja nur sagen, wer als ›Ich‹ dieses ›mich‹ in Augenschein nimmt. Aber das Selbstverhältnis ist eingebettet<sup>43</sup>: Ich glaube, dass mich *Gott* geschaffen hat. #

### **Zwischenstopp 3: Was haben wir also bis hierher?**

Wir haben Martin Luthers erstaunlich knappe ›Definition‹ des Menschseins kennen gelernt: »Mensch = der aus Glauben Gerechtfertigte« und zugleich seine Auslegung des 1. Artikels: Unser ganzes Menschsein ist (existenziell, dauerhaft, in jeder Hinsicht) von Gottes Güte getragen – »ohn all mein Verdienst und Würdigkeit«.

Aber: Welche Folgerungen ergeben sich nun daraus für unser Thema? #

### **4. »Weil Christus kommt, darum sollen wir Menschen sein«<sup>44</sup>**

Nicht ›mehr‹ sein, sondern ›Mensch‹ sein wäre dann ein gutes Motto, Mensch und nicht Gott! Mensch, aber nicht unter unseren Möglichkeiten. Wenn wir nun als Christinnen und Christen darum wissen, dass unsere ganze Existenz durch Gottes Güte getragen ist, wenn wir das wissen im Blick auf unseren Glauben wie auf unser irdisches Dasein, was ergibt sich daraus? Worin besteht dann ein Menschsein in der Christusnachfolge? Welche Vorstellung vom menschlichen Leben könnte uns leiten, wenn wir in der Seelsorge Menschen ein Stück auf ihrem Weg begleiten? #

Paulus hat eine einfache Zusammenfassung der christlichen Existenz wieder und wieder gebraucht, die auch für uns das Wesentliche eines Menschseins auf den Punkt bringt, das weder vermessen noch verzweifelt noch unverantwortlich daherkommt. Er spricht immer wieder von Glauben, Lieben und Hoffen. Will er eine Gemeinde loben, so strukturiert diese Trias sein Lob: »Wir denken ohne Unterlass vor Gott, unserem Vater, an euer Werk im Glauben, an eure Arbeit in der Liebe und an eure Geduld in der Hoffnung auf unsern Herrn Jesus Christus.«<sup>45</sup>

Wie aber können wir seelsorglich von Glauben, Lieben und Hoffen sprechen?<sup>46</sup> Dazu müssen wir noch eine theologische Überlegung anstellen. Verzeihen Sie, dass es heute ein wenig ›steik theologisch zugeht, aber die Veranstalter haben Theologie bestellt, und nun liefere ich auch Theologie. #

All das, was ich bisher gesagt habe, und das Wenige, das ich noch sagen werde, hängt an der Frage, wo wir uns befinden. Ich meine jetzt nicht Würzburg, sondern unseren Platz in der Geschichte Gottes mit uns Menschen. Ich meine es eher so: Wir leben im Zwischenraum. Wir leben zwischen Ostern und der Wiederkunft des Herrn. Wir leben aus der geschehenen Versöhnung am Kreuz und warten auf die ausstehende Erlösung der Menschen und der ganzen Welt. Wir leben vom schon Geschehen und warten auf das noch Ausstehende.

Im 1. Johannesbrief heißt es darum im Blick auf unser Menschsein: »Wir sind schon Gottes Kinder, es ist aber noch nicht offenbar geworden, was wir sein werden. Wir wissen: Wenn es offenbar wird, werden wir ihm gleich sein; denn wir werden ihn sehen, wie er ist.«<sup>47</sup>

---

<sup>43</sup> Vgl. *Ibid.*, 152.

<sup>44</sup> Dietrich Bonhoeffer (1975), 147.

<sup>45</sup> 1 Thess 1,3.

<sup>46</sup> Vgl. dazu auch durchgängig: Günter Thomas (2020).

<sup>47</sup> 1 Joh 3,2

Und Paulus sagt es dem Sinn nach ähnlich im Philipperbrief: »Nicht, dass ich's schon ergriffen habe oder schon vollkommen sei; ich jage ihm aber nach, ob ich's wohl ergreifen könnte, weil ich von Christus Jesus ergriffen bin.«<sup>48</sup> Besonders dieses Paulus-Wort gehört für mich zum eisernen Bestand meines Glaubenslebens. Ich habe es noch nicht ergriffen. Es ist so vieles noch nicht, wie es sein sollte. So vieles ist geheimnisvoll, verborgen. Aber ich bin von Christus ergriffen, getauft auf seinen Namen und schon jetzt sein eigen. Meine Zeit verbringe ich mit ›Nachjagen‹, weiß aber: Ich bin bereits ergriffen. Damit kann ich Mensch Gottes sein, mit Maß und Mitte, weder vermessen noch verzweifelt.

Im Konkreten will auch das zum Schluss illustrieren. Was bedeutet das nämlich für Glauben, Hoffen und Lieben? #

### ***Erstens zum Glauben: Unvollkommener Glaube ist o.k.***

Fulbert Steffensky nannte das (in unserer Zeitschrift P&S) einmal »die Kunst des halben Gelingens«.<sup>49</sup> Und damit stehen wir an einer diametral anderen Stelle als zu Beginn, als wir über die Versuchung des Perfektionismus im Glauben nachdachten. Oder als wir Bonhoeffers Einwand hörten: Nicht ein Heiliger will er werden, aber glauben lernen. Ergriffen sein und ergreifen wollen. Steffensky wehrt sich wortmächtig gegen die »Ganzheitsdiktaturen«<sup>50</sup> im Leben. Auch im Glauben. Die Hoffnung, es würde im Alter alles runder und voller, hat der 90jährige aufgegeben. »Man sagt, dass die Alten die Zähne und die Zweifel verlieren. Es stimmt nur das erste.«<sup>51</sup> Aber wie entlastend ist das: Ich muss im Glauben nicht vollkommen sein, ich darf sein, was ich bin, Fragment, Bruchstück, vom Leben hier und da gebeutelt, noch im Gebet unvollkommen, aber der Geist hilft ja unserer Schwachheit auf.<sup>52</sup> Wie gut! Ich hab so viel noch nicht ergriffen, manches wieder verloren, was ich schon einmal ergriffen hatte, aber ich bin ja von Christus ergriffen und er lässt mich nicht wieder fallen.<sup>53</sup> #

Nicht Gleichgültigkeit im Glauben will ich stark machen; schließlich jage ich ja dem Ziel entgegen, aber die unselige Idee eigener Vollkommenheit im Glauben, die ist auch nur eine Variante vermessenen Menschseins. Sie ist die fromme Variante des Vitalismus, der Glaube der Olympioniken. Ich muss dann immer schauen, ob ich genügend Gottesnähe verspüre, ob ich seiner Gegenwart in jedem Moment Aufmerksamkeit spüre und auch noch den letzten Winkel meiner Seele aufgeräumt habe. Ich bin ergriffen. Ich jage nach. Ich falle hin. Täglich. Und morgen früh stehe ich auf und Gottes Erbarmen ist so neu und jung wie der Tag. Und über mein Schicksal ist schon beschlossen. Er hat mich ja ergriffen. Paradoxerweise ändert sich dann vielleicht mehr an meiner geistlichen Lage als wenn ich dauernd mit meiner geistlichen Lage beschäftigt wäre.

Wenn ich auf unsere Gemeinden schaue, denke ich: An dieser Stelle haben wir in der Seelsorge einiges an Arbeit vor uns. #

---

<sup>48</sup> Phil 3,12.

<sup>49</sup> Vgl. zum Folgenden Fulbert Steffensky (2022), 10–13.

<sup>50</sup> Ibid., 10.

<sup>51</sup> Ibid., 12.

<sup>52</sup> Vgl. Röm 8,26.

<sup>53</sup> Vgl. Joh 10, 27–30.

## ***Zweitens zur Liebe: Liebe als Mitwirkung an Gottes Versorgungsarbeit***

Nun klingt auch das wenig sehr nüchtern. Aber es ist enorm befreiend. Wir sind Menschen Gottes, aber nicht Gott.

Ich muss es nicht lange ausführen, dass uns die Liebe aufgetragen ist, ja, dass sie in unserer Trias die größte ist.<sup>54</sup> Der Luther hat ja recht, dass Gott uns täglich mit allem versorgt. Aber wie macht er das? Er versorgt uns zu einem erheblichen Teil dadurch, dass er unsere Mitmenschen beauftragt und befähigt *uns* zu versorgen, und uns beauftragt und ermächtigt, *andere* zu versorgen. Mit dem Nötigsten. Da ist die Liebe eher handfest als gefühlvoll, wobei nichts gegen Gefühle zu sagen ist, schon gar nicht gegen das Mit-Fühlen. Der barmherzige Samariter<sup>55</sup> hatte wohl beides, Mitgefühl und Tatkraft. Ach ja, und einen großzügigen Umgang mit seiner Geldbörse. Er steht für die spontane Liebe, die sich unterbrechen lässt in ihrer Geschäftigkeit. Daneben ist aber die organisierte Liebe nicht zu verachten, die Kindergärten baut und in Kliniken pflegt und in Altenheimen für Menschlichkeit sorgt.

Aber auch hier gilt: Es ist Liebe, von Jesus angeregt, vom Geist Gottes ermöglicht. Und es ist *menschliche* Liebe. *Alltägliche, dauerhafte* Liebe. Es ist nicht immer *radikale* Liebe, die Aufsehen Erregendes tut. Es ist die *beharrliche* Liebe, die jeden Morgen wieder zur Schule geht und Kinder unterrichtet, denen mehr als nur Wissen fehlt. Es ist die manchmal *einseitige* Liebe, die den anderen nicht aufgibt. Es ist die *geduldige* Liebe eines Forschers, der einen Impfstoff sucht. Es ist die *aufmerksame* Liebe dessen, der einen sieht, der einsam da steht und niemanden hat.<sup>56</sup> Es ist die *politische* Liebe, die sich für das Gemeinwohl, die Kommune, die Schule, das Naturschutzgebiet einsetzt. Günter Thomas nennt das die Liebe der »Bauhandwerker«.<sup>57</sup>

Auch da hat die Seelsorge Arbeit zu tun: Die Liebe ist wie der Glaube nicht in Vollkommenheit zu haben. Sonst wären wir Jesus, aber – siehe oben – es ist nicht gesund, sich für Jesus zu halten. Wer vollkommen lieben will, muss aufpassen, dass er nicht zu sehr liebt und dabei untergeht. Oder aber den anderen erdrückt mit dem Übermaß der Liebe. Vielleicht würden wir auch in Zweifel ziehen, dass es sich dabei um Liebe handelt. Anstrengend genug ist die alltägliche, menschliche Liebe, die wir seelsorglich stützen und anregen: die zweite Chance, die Extra-Meile, das Bleiben statt Fliehen, die Großzügigkeit mit dem Geld, die stillen Dienste, die kaum jemand sieht, die Beständigkeit in großer Verantwortung. Das ist dann ein Leben, das zwar manchen Rat der Neostoiker gern annimmt, wie man sein Leben ordnet, das aber über den engen Horizont eigenen Wohlbefindens hinaus schaut und den bedürftigen Nächsten im Blick hat. #

## ***Drittens: Hoffnung in den Zeiten der zweitbesten Lösungen***

Ich fürchte, ich kann auch damit keinen großen Enthusiasmus erwecken. Am Ende geht es um die *radikale* Hoffnung auf einen neuen Himmel und eine neue Erde.<sup>58</sup>

Aber gerade hier kommt es darauf an, seelsorglich genau hinzusehen. Mein Lehrer Manfred Seitz hat immer wieder auf den Ernstfall der Seelsorge verwiesen, der auch der Ernstfall des

---

<sup>54</sup> Vgl. 1 Kor 13,13.

<sup>55</sup> Vgl. Lk 10,25–37.

<sup>56</sup> Vgl. Günter Thomas (2020), 169–196.

<sup>57</sup> Ibid., 180.

<sup>58</sup> Vgl. Offb 21, 1–8. Und vgl. Ibid., 222–226.



Menschseins ist: # Er nannte das »das Kreuz der Wirklichkeit tragen«. <sup>59</sup> Er dachte dabei an die Erfahrung, dass in unserem Leben die Möglichkeiten abnehmen und die Wirklichkeiten zunehmen. Wir gehen von Weggabelung zu Weggabelung und unser Leben wird immer wirklicher. Wir neigen freilich dazu, häufiger für wirklich zu halten, wo noch einiges möglich wäre, und Möglichkeiten zu überschätzen, wo es eigentlich kaum noch welche gibt. Und manchmal stehen wir dann vor Herausforderungen, die keine Optionen mehr offen halten. Es ist alles wirklich geworden, festgezurr, tatsächlich und unausweichlich. Wir können auch als die, die Seelsorge üben, keine Lösungen und Auswege anbieten. Die Ehe ist gescheitert, das geliebte Kind ist tot, das Gerichtsurteil wurde gefällt, die infauste Diagnose definiert die Lebensspanne, die noch bleibt. Jetzt ist, was ist. Ein »mehr« steht nicht mehr offen. Was ist dann ein menschliches Maß, was wäre eine Seelsorge, die zur Hoffnung anstiftet?

Jetzt ist es die schwere Aufgabe der Seelsorge an der Seite des anderen Menschen auszuhalten, seine Trauer zu begleiten, nicht zu fliehen, auch nicht in Floskeln, das Schweigen zu ertragen und auch die Wut. Und dann, wenn alles Vorletzte unbarmherzig verschlossen ist, auf das Letzte, den Letzten zu verweisen, # den, der am Kreuz das Wirkliche trug und auf den wir zugehen, bis er uns im neuen Leben empfängt. <sup>60</sup> Denn hier wird das Geheimnis erst richtig ansichtig: Das unser Streben nach mehr und immer mehr im Vorletzten nie zur Erfüllung kommen kann, aber in Gottes neuer Welt in ungeahnter Weise wirklich werden wird. #

Bis dahin ist christliche Hoffnung im Vorletzten nicht untätig. Wer auf das Letzte hofft, muss im Vorletzten nicht resignieren, auch wenn es fast nie die Aussicht auf vollkommene Lösungen gibt. Erlösung kommt, bis dahin sind zweitbeste Lösungen angesagt. Und wieder geht es darum, weder zu viel noch zu wenig zu erhoffen. Und in der Seelsorge zu unterstützen, anzuregen und zu ermutigen:

Da ist das Paar mit der schwierigen Ehegeschichte. Nein, es wird nicht wieder wie im ersten Honeymoon, unschuldige Einheit wie ganz am Anfang. Aber es kann doch ein versöhntes Miteinander geben, das verzeiht und den anderen (und sich selbst) schätzt, aber nicht länger überschätzt. Da ist die chronische Krankheit, die nicht mehr weggeht. Aber was ist denn noch möglich, ja was wird erst jetzt möglich? Da ist die seelische Belastung, die sich tief in das Wesen eines Menschen eingegraben hat. Nein, er wird nicht grundlegend fröhlich, offen, heiter werden, aber er muss darum doch nicht am Leben verzweifeln. Dieses Kreuz der Wirklichkeit zu tragen, kann doch auch bedeuten, in der Last auch die Gabe zu sehen und trotzig zu wissen, dass unser Dasein eben in diesem Leben nicht aufgeht. Da sind die vielen Türen, die sich hinter mir geschlossen haben, aber welche stehen denn noch offen? Und was erwartet mich auf diesem Weg, das ich bisher übersah?

Hoffnungsvolle Seelsorge wird unsere Spielräume in diesem irdischen Dasein weder überschätzen noch unterschätzen. Sie hilft, je nachdem: die guten Optionen zu erkennen, zum Fragmentarischen unseres Lebens ja zu sagen, zweitbeste Lösungen dankbar anzunähern, wenn es die beste nicht mehr gibt, das Kreuz der Wirklichkeit zu tragen und den Blick auf die Ewigkeit und den Ewigen zu richten. Wenn es gut geht, findet dann jemand zur Hoffnung. Hoffnung, die nicht verzweifelt hofft, sondern getrost und zuversichtlich. #

---

<sup>59</sup> Manfred Seitz (1985), 179.

<sup>60</sup> Vgl. Dietrich Bonhoeffer (1975), 128–152.

## **Full Stop!**

Das alles tun wir in der Seelsorge: Wir begleiten Menschen auf Zeit in existenziell bedeutsamen Lebenslagen. Von unserem Thema her versuchen wir ihnen zu helfen, nicht zu viel und auch nicht zu wenig von sich und ihren Möglichkeiten innerhalb ihrer Grenzen zu erwarten. Wir legen ihnen ein Leben im Glauben, Lieben und Hoffen ans Herz. Und wir schätzen dabei auch unsere eigene Rolle nüchtern ein, weder zu klein noch zu groß. # Wir nehmen also am Ende auch die Erkenntnis von Milton Rokeach ernst, der die drei Christusse von Ypsilanti nicht heilen konnte, aber sie heilten ihn von seinem Wahn, ein Heiland zu sein. Das nämlich dürfen und müssen wir nicht sein (wollen). Das ist Gott sei Dank schon ein anderer. #

Vielen Dank für Ihre Aufmerksamkeit!

## **Bibliografie**

- Barth, Karl: Die Kirchliche Dogmatik, Bd. IV/1: Die Lehre von der Versöhnung. Zürich 1953  
—: Die Kirchliche Dogmatik, Bd. IV/2: Die Lehre von der Versöhnung. Zürich 1955  
Bayer, Oswald: Luthers »simul iustus et peccator«. In: KuD 64 (2018), 249–264  
—: Martin Luthers Theologie. Eine Vergegenwärtigung. Tübingen 2., durchgesehene Aufl. 2004  
Beintker, Michael: Rechtfertigung in der neuzeitlichen Lebenswelt. Theologische Erkundungen. Tübingen 1998  
Bonhoeffer, Dietrich: Ethik. München 1975  
—: Gemeinsames Leben. Das Gebetbuch der Bibel. München 2., durchgesehene und aktualisierte Aufl. 2002 (DBW Bd. 5)  
—: Widerstand und Ergebung. Gütersloh 1998 (DBW Bd. VIII)  
Covey, Stephen: Die sieben Wege zur Effektivität. München 20. Aufl. 2000  
Cloud, Henry: Boundaries for Leaders. Why some people get results and others don't. New York 2013  
Dürr, Oliver: Homo Novus. Vollendlichkeit im Zeitalter des Transhumanismus. Beiträge zu einer Techniktheologie. Münster 2021 (Studia Oecumenica Friburgensia Bd. 108)  
Ebeling, Gerhard: Disputatio de homine. Erster Teil: Text und Traditionshintergrund. Tübingen 1977 (Lutherstudien Bd. 2)  
Herbst, Michael: Beziehungsweise. Grundlagen und Praxisfelder evangelischer Seelsorge. Neukirchen-Vluyn 2. Aufl. 2013  
Hyatt, Michael: Your best year ever. A 5-step-plan for achieving your most important goals. Grand Rapids 2018  
Nüchtern, Michael: Die unheimliche Sehnsucht nach Religiösem. Stuttgart 1998  
Peterson, Jordan B.: 12 rules for live. An antidote to chaos. Toronto 2018  
Rokeach, Milton: Die drei Christi aus Ypsilanti. Berlin 2021  
—: The Three Christs of Ypsilanti. New York 2011 (NYRB Classics)  
Seitz, Manfred: Erneuerung der Gemeinde. Gemeindeaufbau und Spiritualität. Göttingen 1985  
Seligman, Martin E. P.: Erlernte Hilflosigkeit. München, Wien und Baltimore 1979  
Slenczka, Notger: Schleiermacher heute - ein Plädoyer. In: Grosse, Sven (Hg.): Schleiermacher kontrovers. Leipzig 2019, 15–39  
Steffensky, Fulbert: Die Kunst des halben Gelingens. In: P&S Heft 4 (2022), 10–13  
Thomas, Günter: Im Weltabenteuer Gottes leben. Impulse zur Verantwortung für die Kirche. Leipzig 2020  
VELKD, Amt der (Hg.): Unser Glaube. Die Bekenntnisschriften der evangelisch-lutherischen Kirche. Ausgabe für die Gemeinde. Gütersloh 6., völlig neu bearbeitete Aufl. 2013  
Weisband, Marina: Die neue Schule der Demokratie: Wilder denken, wirksam handeln. Frankfurt/M. 2024  
Willard, Dallas: Gott. Du musst es selbst erleben. Basel 2022  
Winkler, Klaus: Werden wie die Kinder? Christlicher Glaube und Regression. Mainz 1992