

Ich, einfach sehr verbesserlich

Die Waage lügt nicht, der Body-Mass-Index liegt inzwischen nicht mehr im grünen, sondern jetzt im gelben Bereich. Bestätigt wird der Befund von der Hose: Sie sitzt etwas strammer am Schenkel und enger im Bund; der Bauch war auch mal flacher. Ein Mensch im mittleren Alter: Viel Schreibtisch, gutes Essen, vielleicht das eine oder andere Gläschen Wein oder die Flasche Bier. Scheinbar ganz von allein stellt sich der Körper – wie in einer Art zweiten Pubertät – um. Und wir mittelalten Leute müssen damit, genau wie unsere pubertierenden Kinder, umzugehen lernen. Gut – das Sakko verbirgt den Bauch etwas. Die Pfunde machen den Büromenschen trotzdem nicht gerade schöner. Wie der junge, muskulöse Bachelor im Fernsehen bei RTL oder wie Germany's next Topmodel sehen die meisten nicht aus. Wollen sie vielleicht auch nicht. Und sagen trotzdem: Oh Gott, dass soll anders werden! Ein paar Pfunde zu viel – da hilft Bewegung. Wir wissen das. Und doch tun die meisten von uns: Nichts!

»Das sind die Fakten: Von den 70 Millionen erwachsenen Deutschen treiben nur etwa 11 Millionen mehrmals in der Woche Sport. Immerhin 16 Millionen Deutsche treiben wenigstens mehrmals im Monat etwas Sport, drei Millionen schaffen es zumindest einmal im Monat, sich zu bewegen. Aber über 40 Millionen raffen sich noch seltener auf – oder machen schlicht gar nichts. Das sind deutlich mehr als die Hälfte.«

Die Zahlen des statistischen Bundesamtes lügen genau so wenig, wie die Badezimmerwaage. Und die Büromenschen haben in Gesprächen kollektiv ein etwas schlechtes Gewissen: Wir sollten doch eigentlich ... Ich, einfach sehr verbesserlich. Da geht noch was!

Du musst Dein Leben ändern! Umkehr nennt es die christliche Tradition. Die Einsicht kämpft gegen den inneren Schweinehund – viele kennen das. Auch die Menschen zu biblischen Zeiten kannten das Problem schon. Im Römerbrief des Paulus heißt es:

»Ich tue nicht das, was ich will, sondern, was ich hasse, das tue ich. Wollen habe ich wohl, aber das Gute vollbringen kann ich nicht. Denn das Gute, das ich will, das tue ich nicht; sondern das Böse, das ich nicht will, das tue ich. Ich elender Mensch!«

Aber das Elend lässt sich beenden. Und man kann selbst viel dazu tun. Die Bibel erzählt viele Geschichten von Umkehr; davon, wie Menschen ihr Leben ändern: Knapp die Hälfte der Deutschen überwindet ja regelmäßig den inneren Schweinehund. Viele davon entwickeln dabei sogar großen Ehrgeiz, beim Joggen beispielsweise: Statt einfach nur die Turnschuhe anzuziehen und selbstzufrieden loszulaufen, starten sie erst mal ihre Lauf-App auf dem Smartphone. Das Handy zeichnet die genommene Wegstrecke, die überwundenen Höhenmeter, das gejoggte Tempo auf. Die Daten werden im Telefon gespeichert und lassen

sich miteinander vergleichen. Das macht einen zusätzlichen Kick aus: Die Läufer treten bei jedem neuen Lauf gegen sich selbst an und bekommen zurück daheim noch vor dem Duschen ihre Noten: Du warst schneller als gestern, aber langsamer als am Mittwoch. Sich selbst optimieren und dabei auch etwas schöner werden, weil die Pfunde purzeln und das Hemd nicht mehr spannt. Eine gute Sache – denn wer möchte nicht gerne schöner- oder wenigstens gesünder sein, wenn er die Wahl und die Möglichkeit hat? Das Lob der Schönheit – wir kennen es selbst aus der Bibel. Das Hohelied Salomos überschlägt sich da kapitelweise mit Lyrik:

»Wie eine Lilie unter den Dornen, so ist mein Mädchen. ... Wie ein Apfelbaum unter den wilden Bäumen, so ist mein Jüngling. ... Mein Freund antwortet und spricht zu mir: Steh auf, meine Freundin, meine Schöne, und komm her! ... denn deine Stimme ist süß und deine Gestalt lieblich. ... Deine beiden Brüste sind wie junge Zwillinge von Gazellen, die unter den Lilien weiden.«

Wir ahnen, dass Schönheit nutzt – wer schön ist, hat es leichter im Leben. Wir würden doch jederzeit wetten, dass die hübsche Bedienung in der Kneipe mehr Trinkgeld bekommt als der zottelige Kollege. Oder?

»Das sind die Fakten: Das Aussehen von Menschen beeinflusst unser Urteil und unser Vertrauen in sie. Dazu gibt es zum Beispiel eine Studie der Harvard Business School. Die Forscher haben verschiedenen schöne Frauen und Männer mit exakt der selben Geschäftsidee in einer Versuchsanordnung losgeschickt, um für diese Idee Kredite einzuwerben. Obwohl die Idee identisch war, haben die hübschen Männer leichter einen Kredit loszuvermitteln können – den nicht so schönen gelang das deutlich seltener. Noch seltener hatten Frauen Glück – was wohl mindestens so viel über die Geschäftswelt aussagt wie über den Einfluss von Schönheit. Die Probanden jedenfalls, die für die Vergabe der Kredite zuständig waren, glaubten, sie hätten die Argumente glaubhafter gefunden. Dass sie sich vom Aussehen ihrer Gegenüber haben beeinflussen lassen, war ihnen gar nicht bewusst.«

So sind wir Menschen: Das Schöne mögen wir, und dem Schönen trauen wir mehr zu. Wir wollen auch selbst lieber schön sein – falls wir es nicht sind, empfinden viele das als Mangel. Und einige versuchen den Mangel auszugleichen: Durch Sport natürlich, darüber habe ich geredet. Aber genauso durch Körperpflege, Kosmetik, Kleidung, Schmuck. Männer wie Frauen wollen im Vergleich mit anderen gerne gut da stehen, auch wenn es um Äußerlichkeiten geht. Wir sind verbesserlich – bis hierher eine gute Nachricht!

Was ist aber, wenn kein Sport und keine Schminke hilft? Was ist mit Menschen, bei denen es nicht um eine kleine Speckfalte geht, die mit Sport abtrainiert werden kann? Was ist mit Menschen, die nach einem Unfall oder nach einer Krankheit vernarbt oder sogar amputiert sind? Oder die einfach unter ihrem Körper leiden – der zu großen, höckerigen Nase beispielsweise – oder darunter, dass ihre Brüste eben nicht wie »junge Zwillinge von Gazellen, die unter den Lilien weiden« sind – vielleicht sogar bedingt durch Brustkrebs. Und die daran etwas ändern wollen. Einige lassen sich das bessere Körpergefühl operativ herstellen: Die Narbe richten, die Nase begradigen, die Brust operieren.

»Das sind die Fakten: Im Jahr 2011 wurden weltweit rund 15 Millionen Schönheitseingriffe vorgenommen –

ein Drittel davon allein in den Vereinigten Staaten und Brasilien. Der häufigste Eingriff weltweit war das Fettabsaugen, in Deutschland war die beliebteste OP die Brustvergrößerung. Die deutschen Männer ließen sich am häufigsten ihre Lider straffen oder Falten mit Botox glätten. Das Durchschnittsalter der Patienten lag in Deutschland 2012 bei 40,8 Jahren.«

Die Autoren der Bibel kennen natürlich keine Schönheits-OP's und auch keine Handy-Apps. Aber sie kennen den Körper, den Leib als Gefäß des heiligen Geistes, den es deshalb zu pflegen gilt. Und sie berichten viele Heilungen, die schon ein wenig nach medizinischen Eingriffen klingen. Im Lukas-Evangelium wird beispielsweise von der Heilung einer verkrümmten Frau berichtet:

»Und siehe, eine Frau war da, die hatte seit 18 Jahren einen Geist, der sie krank machte. Und sie war verkrümmt und konnte sich nicht mehr aufrichten. Als Jesus sie aber sah, rief er sie zu sich und sprach zu ihr: Frau, sei frei von Deiner Krankheit! Und legte die Hände auf sie; und sogleich richtete sie sich auf und pries Gott.«

Die Sehnsucht nach einem gesunden Körper, der Wunsch, sich in seinem Körper wohl zu fühlen, ist ur-menschlich. Sicher – die Wunder-Geschichte aus der Bibel erzählt von einer Krankenheilung, nicht von einer Schönheits-OP. Aber so viel können wir festhalten: Jesus verändert den Körper der Frau, er richtet ihn wieder auf – und damit auch die Seele der Frau.

Den Körper zu optimieren, um sich besser zu fühlen, ist etwas anderes. Doch auch dieser Idee lässt sich leicht zustimmen, jedenfalls wenn es um Bewegung und Sport geht. Wenn aber die körperliche Veränderung eine Schönheits-Operation ist, sind viele fromme Menschen flott mit dem Argument zur Stelle: »Aber das darf doch nicht sein! Jesus liebt alle, so wie sie sind! Und Gott hat sie so geschaffen.« Nach der Heilungsgeschichte kann man sich nun fragen: Ist das vielleicht die arrogante Meinung von Leuten, die noch nie Probleme mit ihrem Äußeren hatten? Oder ist das eine Ansicht von den erfolgreichen Schönen, die die weniger Ansehnlichen auf Abstand halten wollen? Oder ist dieses flächendeckende »Jesus liebt Dich, so wie Du bist« vielleicht auch die bräsige Ausflucht von Couch-Potatoes, die zu faul zum Sport sind. Oder sagen das Menschen, die so wenig Wert auf ihr Äußeres legen, dass ihnen der Gedanke, man könnte ja etwas an sich ändern, völlig absurd vorkommt?

Einfach wegwischen lässt sich der Einwand aber nicht. Und so stehen hier zwei widersprüchliche Behauptungen gegenüber: Auf der einen Seite der Glaube an die bedingungslose Gottesliebe, die ohne Zweifel auch für die vielen, vielen »Normalos« unter uns gilt, die von der Natur nicht mit blendender Schönheit gesegnet sind. Niemand wird sich zu dem Satz versteigen wollen, Gott sehe die Unansehnlichen mit weniger Liebe an oder – noch härter: er hasse die Hässlichen. Auf der anderen Seite jedoch steht der viel beschworene Aufruf, das eigene Leben immer wieder kritisch zu befragen: Bin ich okay? Müsste ich nicht etwas an meinem Verhalten ändern? Kehre um! Werde ein besserer Mensch! Weshalb sollte das für unsere Mülltrennung gelten, für unser Öko-Verhalten allgemein, für unsere Spendenbereitschaft, den Umgang mit unseren Mitmenschen – nicht aber für uns selbst mit unseren Körpern?

Gleich im ersten Kapitel der Bibel findet sich die entscheidende Idee. In der Schöpfungs-Geschichte im

ersten Buch Mose, der Genesis, heißt es:

»Gott schuf den Menschen zu seinem Bilde, zum Bilde Gottes schuf er ihn; und er schuf sie als Mann und Frau. Und Gott segnete sie.«

In jedem Menschen spiegelt sich Gott, das ist die zentrale Aussage über den Menschen, die die Bibel und ihre Auslegung treffen. Wir Menschen sind Ebenbilder Gottes. Aber was kann damit konkret gemeint sein? Gott kann ja schlecht buchstäblich das Spiegelbild eines wie auch immer gearteten Menschen sein.

»So erklärt die Theologie die Sache mit dem Ebenbild: Gott und Mensch – das ist von vorne herein natürlich nicht das selbe. Gott können wir uns als »die Liebe« oder »den Geist« vorstellen. Das sind die Gestalten, durch die er uns in unserem Leben begegnet und mit denen er in der Bibel beschrieben wird. Und das sind gleichzeitig Wesenszüge, die uns Menschen etwa von Tieren unterscheiden – und uns so zu Gott auf besondere Weise zugehörig machen: Wir sind als geistbegabte oder liebende Menschen die Ebenbilder Gottes.«

Geist und Liebe – tatsächlich bezieht sich die Liebe Gottes auf uns Menschen unabhängig davon, in welchem Körper wir stecken. Einem dicken oder einem schlanken, einem gesunden oder einem verletzten. Als Bilder Gottes, die wir alle gleichermaßen sind, beziehen wir folglich auch alle die gleiche Menschenwürde. Dieses Wissen kann man gleich von den ersten Seiten der Bibel gewinnen. Ganz am Schluss, auf den letzten Seiten der Bibel, berichtet die Offenbarung des Johannes von der Neu-Schöpfung der Welt und der Menschen:

»Gott wird abwischen alle Tränen von ihren Augen, und der Tod wird nicht mehr sein, noch Leid noch Geschrei noch Schmerz wird mehr sein. Siehe, ich mache alles neu!«

Selbst die Schöpfung Gottes ist scheinbar verbesserlich, ist nicht vollendet, ihr folgt nach biblischer Auffassung am Ende der Zeiten eine Neu-Schöpfung. Dieser Gedanke ist vielen modernen Menschen mit ihrem naturwissenschaftlichen Weltbild fremd. Vor einer Woche haben wir zu Ostern die Auferstehung von Jesus Christus gefeiert. Und wir hoffen darauf, dass das selbe auch mit uns geschehen möge. Wir Christen glauben an die Auferstehung, aber wie sie genau funktionieren soll? Wer von uns Lebenden kann das schon sagen!? Eine Vorstellung davon findet sich in Paulus' Römerbrief:

»Wenn nun der Geist dessen, der Jesus von den Toten auferweckt hat, in euch wohnt, so wird er, der Christus von den Toten auferweckt hat, auch eure sterblichen Leiber lebendig machen durch seinen Geist, der in euch wohnt.«

»Die theologische Tradition hat dies häufig so interpretiert: Wenn ein Mensch stirbt, dann trennen sich seine Seele und der Leib – die Seele fällt in eine Art Schlaf bis zur Auferstehung und bekommt am Tag X wieder einen Körper, ihren Körper – aber verwandelt, verklärt, verherrlicht.«

Einige lose Enden liegen jetzt auf dem Tisch: Zum einen die Erkenntnis, dass die Menschen als liebende und geistbegabte Ebenbilder Gottes von vornherein eine eigene Würde haben. Dann der Wille zur Umkehr, zum Verändern der Dinge und Umstände hier auf der Erde. Und schließlich die Hoffnung auf Auferstehung – auch die eigene – mit einem wunderbaren, makellosen Leib.

Was richtet das nun zum Beispiel für die mittelalten Pummel und ihrem Wunsch, schöner zu werden, aus? Vielleicht lassen sich die Denkmodelle als gegenseitige Begrenzung lesen. Ich möchte das so machen: Wir sind Ebenbilder Gottes, und wir sind deshalb schon so oder so geliebt – die Erkenntnis taugt nicht dazu, die eigene Trägheit zu entschuldigen. Denn wenn sich in uns Menschen die Liebe Gottes spiegelt, dann könnte man den lieblosen Umgang mit sich selbst doch verwerflich finden. Die Ebenbildlichkeit taugt auch nicht dazu, einen moralischen Anspruch gegen Leute zu formulieren, die etwas an ihrem Äußeren geändert haben: Ich finde, Hohnsichtigkeit gegen diejenigen, die Botox- und Silikon nutzen, lässt sich nicht christlich verbrämen; schließlich folgt der Schöpfung eine Neu-Schöpfung, verbunden mit der Verheißung, dass die irdischen Beschränkungen nicht mehr gelten werden. Wieso sollte es dann verwerflich sein, jetzt schon etwas gegen solche Beschränkungen zu tun?

Umgekehrt kann aus dem starken Appell, wirklich umkehren zu müssen, etwas zu verändern, auch keine goldene, alleingültige Regel für den Umgang mit dem eigenen Körper gemacht werden. Dieser Appell kann auch nicht darin münden, dass sich am Ende alle einem Schönheitsdiktat unterwerfen. Denn Schönheit ist auch stets etwas subjektives und relatives. Was dem einen wie eine körperliche Beschränkung vorkommt, als Makel – mag dem anderen gefallen. Müssen Falten gebotoxt werden – oder machen sie vielleicht sogar anziehend, als Lebensspuren in einem älteren Gesicht oder als sympathische Lachfalten?

Am Ende geht es wohl darum, wer, ja, die »inneren Werte« Liebe und Geist ausstrahlt. Vielleicht beherrscht das gerade die Lachfalte? Vielleicht gelingt das dem Gehandicapten nebenan wie von selbst. Und möglicherweise hat auch die Dame mit der begradierten Nase und dem perfekten Body-Mass-Index genau diese Ausstrahlung.

Haben Sie Diskussionsbedarf? Oder Einwände gegen diese Thesen? Sie können mich gut bei facebook erreichen. Liken Sie »Evangelisch im Deutschlandradio« und kommen Sie mit mir ins Gespräch. Wenn sie mögen.

Musik dieser Sendung

- (1) Hold tight London, Push The Button, The Chemical Brothers
- (2) The Way I am, Girls and Boys, Ingrid Michaelson
- (3) Wovon sollen wir träumen, Wovon sollen wir träumen, Frida Gold
- (4) Troubled, Passion – Music for the last Temptation of Christ, Peter Gabriel
- (5) Wir waren hier, Cro, Cro Raop
- (6) It's accomplished, Passion – Music for the last Temptation of Christ, Peter Gabriel

Literaturangaben

- (1) Erklärung der Gottesebenbildlichkeit und des Todes wie der Auferstehung entlang der Dogmatik von Wilfried Härle
- (2) Statista <http://de.statista.com/statistik/daten/studie/171911/umfrage/haeufigkeit-sport-treiben-in-der-freizeit/>
- (3) ZEIT bei facebook: Post über nützliche Schönheit
<https://www.facebook.com/zeitonline/posts/10152280560774429>
- (4) Statista <http://de.statista.com/themen/1058/schoenheitsoperationen/>