

## Worauf achteten die Heiligen bei Wachsamkeit?

### 2. Kapitel zum Thema: Das verborgene Ringen um Heiligkeit.

Eine der besonderen Merkmale der Heiligen war, dass sie ihre Aufmerksamkeit auf die Einübung der Demut richteten. Weil Demut oft mit Bescheidenheit zu tun hat, neigt man dazu, sie mit Bescheidenheit zu verwechseln. Doch Demut im *christlichen Sinn* und weltliche (*säkulare*) Bescheidenheit, sind nicht dasselbe.

Der Demütige im christlichen Sinn ist *per se* bescheiden, der weltlich Bescheidene aber nicht unbedingt. Der Schein kann trügen. Adolf Hitler rauchte zum Beispiel nicht, er trank nicht, ass kein Fleisch und sättigte die Presse nicht mit amourösen Geschichten. Seine Bescheidenheit war aber eine kalkulierte Propaganda, während seine grössenwahnsinnigen Fantasien Europa in ein Meer von Blut verwandelten. (vgl. Rainer Otte)

Zwar klingt Bescheidenheit nach „einem gemütlichen Programm“ (Otte), man gibt sich etwa mit weniger Konsumgütern zufrieden, doch hinter diesem Verhalten verstecken sich oft Hochmut, Ichgenügsamkeit, Berechnung und andere nicht persönlichkeitsfördernde Elemente.

D e m u t ist ein Lernprozess, kein „gemütlicher Programm“. PAULUS gibt dazu eine Weisung: *„Nichts tut durch Zank und eitle Ehre, sondern achte einer den andern höher als sich selbst...“ (Phil. 2,3)*

Nun, das ist gar nicht so einfach. Denn oft werden wir gerade nicht durch Nächstenliebe und Mitgefühl, sondern durch toxische Impulse, wie Stolz, Konkurrenzkampf, Eifersucht, Neid, Streitsucht oder ähnlichem angetrieben. Auch die Heiligen waren nicht gefeilt davon. Aber sie erkannten ihre gefährliche Wirkung und bemühten sich durch Katharsis (seelische Reinigung) sich zu bessern.

Jeder Mensch hat in sich seine Abgründe, so der **Experte für das Böse**, Reinhard HALLER (65), österreichischer Psychiater und Neurologe. Er leitet eine Klinik für Suchtpatienten und arbeitet ausserdem für verschiedene Gerichte als Sachverständiger. Mehr als 400 Schwerverbrecher hat er bisher begutachtet.

Auf die Frage, wo liegt die **Grenze zwischen Gut und Böse**, antwortet er:

„Es muss im Menschen so etwas wie einen Moralinstinkt geben. Denn Delikte werden zu allen Zeiten, in allen Kulturen als verwerfliche Taten angesehen, die man verhindern und bestrafen muss. **Das Böse beginnt an dem Punkt, wo man den Moralinstinkt überspringt.** Dass der Mensch in sich seine Abgründe hat, zeigt sich darin, weshalb sich Thriller in der Literatur und im Film so grosser Beliebtheit erfreuen: Letztlich spürt der Mensch, dass er auch böse Anteile hat, die in bestimmten Situationen manifest werden können. Er kennt sie nicht, sie sind

verdrängt, abgespalten, aber im Film, im Thriller, da findet er sie, da findet er ein Stück von sich.“ (Aus einem Interview mit der DIE ZEIT, 2017/01)

Nicht anders sieht es auch bei uns Katholiken aus. Die Heilige Teresa von AVILA (16 Jhd.) wusste das aus eigener Erfahrung. Sie war mitnichten, was man sich unter einer Klosterfrau vorstellt, weder dem äusserlichen Verhalten, noch dem Geiste nach. Die frommen Bücher langweilten sie ebenso, wie das obligatorische Hersagen der Gebete. In beispielloser Direktheit schildert sie später, nach ihrer Bekehrung, ihre Entschlossenheit zur radikalen Abkehr von all dem, was Gott missfallen könnte. Aus der schwankenden Nonne, die der damalige Nuntius ein „ruheloses, streunendes Weib“ nannte, wurde eine der grössten Mystikerin des Mittelalters, die im Eselskarren auf staubigen, steinigen Wegen kreuz und quer durch Spanien reiste, um Klöster zu gründen.

In ihren Briefen mahnt sie unermüdlich an Wachsamkeit, zum Beispiel auch beim Gebet: Teresa: „Wenn ich sage: ‚Ich glaube...‘, dann scheint es mir vernünftig und wohl auch erforderlich, dass ich weiss, **was** ich glaube. Sage ich ‚Vater‘, dann sollte ich liebevoll begreifen, **wer** dieser Vater ist. Demnach sollte auch erwogen werden, wer der **Meister** ist, der uns jenes Gebet lehrt“.

Dann ruft sie leidenschaftlich aus: „O Seelen, die ihr nicht zu vielen unterschiedlichen Erwägungen fähig seid, die ihr eure Gedanken nicht lange auf Gott richten könnt ohne abzuschweifen, gewöhnt euch, gewöhnt euch! Seht, ich weiss, dass ihr es vermögt. Habe ich doch selber viele Jahre...die Gedanken nicht auf eine Sache sammeln können. Jedoch ich weiss, dass der Herr uns nicht unserer Hilflosigkeit überlässt, dass er uns begleitet, wenn wir ihm in Demut nahen...Wer verwehrt euch, die Augen der Seele – und wäre es, wenn ihr nicht anders könnt, auch nur flüchtig – auf ihn zu heften? Wo ihr doch recht Hässliches und Ekelhaftes anzuschauen vermögt, wie solltet ihr nicht das unausdenklich Schöne anschauen können?“

Was Teresa mit aufmerksamem Hinhorchen, beziehungsweise Hinschauen meint, nennt sie in Abgrenzung zum mündlichen Gebet, bei dem das Herz nicht immer beteiligt ist, **gesammeltes, inneres Gebet**. In dieser Gebetsweise sind alle seelischen Kräfte, wie Gedächtnis, Verstand, Gefühl und Intuition mit voller Wachsamkeit auf Gott konzentriert, **angetrieben von Liebe und Ehrfurcht**. Da tauchen etwa Gedanken über unsere allzu geringen Dienstleistungen, Schwachheiten, Unzulänglichkeiten, Verfehlungen, Lieblosigkeiten und Ungerechtigkeiten auf, die Liste ist lang. Wenn sich dann gegen aller Erwartung ein innerer Friede einstellt, wird sich der Betroffene inne, dass sowas nur von Gott kommen kann.

Ein solcher Mensch spürt, so Teresa, dass in seiner Seele nicht die eigenen Kräfte, sondern „sein Meister wirkt, ohne Hall von Worten“. Nur die **Entschlossenheit**, sich zu bessern, **muss unerschüttert** sein. Teresa: „Unser Gott ist keineswegs übergenau. Er sieht nicht auf Winzigkeiten...Alles fällt bei dem Weltenkaiser ins Gewicht, in allem entspricht er unserem Verlangen. Er rechnet nicht kleinlich bei uns nach, sondern grosszügig – so hoch der Fehlbetrag sein mag, er tilgt ihn wie nichts. Doch übersieht er nichts, was Lohn verdienen könnte. Befürchtet nicht, dass er einen Augenaufschlag, der ihm gilt, unbelohnt liesse.“ (Vgl. Wege zum Gebet, Kapitel „Verharren beim göttlichen Meister“)

In einem inneren Zwiegespräch mit Gott, wurden **auch** dem heiligen Heinrich SEUSE (1295-1366), einem Schüler von Meister Eckhart, **Geheimnisse der Liebe Gottes** offenbart. In seinem „Büchlein von der Ewigen Weisheit“ (übrigens eine Perle der Weltliteratur), belehrt ihn die Ewige Weisheit (Christus), wie folgt: (Auszug)

*Meine Liebe kann auch anfangende Herzen von der schweren Last der Sünden entladen und ihnen ein freies, wohlgenutetes, lauterer Herz geben und ein reines, unsträfliches Gewissen schaffen...Alle diese Welt vermöchte ein so getanes Herz nicht aufzuwiegen; denn der Mensch, der mir allein sein Herz gibt, lebt in Wonne und stirbt in Sicherheit und hat hier das Himmelreich und dort ewiglich.“* (Kapitel: „Wie lieb Gott ist“)

## Reden und Schweigen.

Unter moderner kommunikativer Kompetenz versteht man die Fähigkeit, bewusst, konstruktiv, effektiv, einfühlsam und verständlich zu kommunizieren. Und im richtigen Augenblick zu schweigen. Oft benützt man dazu die „Soft Skills Würfel“, sogenannte *Kompetenzfeld der Fähigkeit*. (Erstellt von André Moritz)

Nun was heute Führungspersonen in allen Branchen lernen müssen, um ihre Firma zum Erfolg zu führen, haben viele Heilige, unter ihnen auch der heilige Ignatius von Loyola (1491-1556) und der heilige Benedikt von Nursia (gest. um 547), mit **Herzensbildung** erreicht. Natürlich nicht, um ein Unternehmen zu optimieren, auch nicht wegen einer Eindruckserwartung, was bei Managern üblich ist.

Von solchen Methoden haben die Heiligen nicht gewusst; aber umso mehr, wie man feinfühlig, behutsam und wohlwollend, Seelen für Gott gewinnen kann, auch dann, wenn man über weltliche Dinge redet. Ihnen ging es darum, alles auf das Göttliche hinzuordnen.

So sagt zum Beispiel Ignatius in seinem bekannten Werk, „Geistliche Übungen“:

*„Kein müssiges Wort reden. Darunter verstehe ich ein solches, das weder mir noch einem andern nützt, noch einer solchen Absicht sich einordnen lässt. Spricht daher jemand im Ganzen so, dass es der eigenen oder einer fremden Seele, oder dem Leib oder den zeitlichen Gütern nützt, so ist das niemals müssig... auch dann nicht, wenn einer von Dingen spricht, die ausserhalb seines Standes liegen, so wenn ein Ordensmann vom Krieg oder Handelsgeschäften spricht. Vielmehr liegt in allem, was gesprochen wird, ein Verdienst, wenn es auf das Gute hin geordnet ist. (Paragraph 40, „Vom Wort“)*

**„Kein müssiges Wort reden“**, fordert also Ignatius. Aber wer kann sich schon daran halten? Ich denke, **eine bewusste Einübung** ins Schweigen, auch wenn dies **in kleinen Schritten** geübt wird, könnte uns erleben lassen, wie erholsam und regenerierend (auch für den Körper) das Schweigen sein kann.

Darüber hinaus kann bewusste Schweigsamkeit auch Verfehlungen der Zunge aller Art „reparieren“. Darum sagt der Psalmist (39,2-3):

*„Ich sprach, ich will auf meine Wege achten, damit ich mich mit meiner Zunge nicht verfehle. Ich stelle eine Wache vor meinen Mund, ich verstummte, demütigte mich und schwieg sogar vom Guten.“*

Benedikt von Nursia sagt in diesem Zusammenhang: „Hier zeigt der Prophet: ‚Man soll der Schweigsamkeit zuliebe bisweilen sogar auf gute Gespräche verzichten. Umso mehr müssen wir wegen der Bestrafung der Sünde von bösen Worten lassen...Steht doch geschrieben: Beim vielen Reden wirst du der Sünde nicht entgehen‘. (Spr. 10,19)

**Schweigsamkeit** ist in diesem Sinne höchste **Wachsamkeit** und führt zu wahrer DEMUT. Ihre erste Stufe lautet nach der Regel des hl. Benedikt, wie folgt:

*Der Mensch achte stets auf die Gottesfurcht und hüte sich, Gott je zu vergessen. Stets denke er an alles, was Gott geboten hat, und erwäge immer bei sich, wie das Feuer der Hölle der Sünden wegen jene brennt, die Gott verachten, und wie das ewige Leben jenen bereitet ist, die Gott fürchten. Zu jeder Stunde sei er auf der Hut vor Sünden und Fehlern im Denken, Reden, Tun und Wandel durch Eigenwillen...“ (Regel 7)*

## Schlusswort

In einer Bibelrunde mit einem Pfarrer, klagte ein Teilnehmer: „Ich kann so vieles in der Bibel nicht verstehen, wie soll ich auf all das achten, was dort steht?“

Der Pfarrer antwortete: „Hädern Sie ruhig mit Gott“. - Der französische Prior Frère Roger, im Jahre 2005 während eines Gottesdienstes ermordet, war einmal ebenfalls

mit einer solchen Frage konfrontiert. Er antwortete: „Versuchen Sie, was Sie in der Bibel verstehen, konsequent umzusetzen.“ Ich denke, eine solche Antwort spornt freudig zu einem Neuanfang an.