



## **Mut zu den eigenen Grenzen zu stehen** **Die belächelte Tugend der Demut im neuen Lichte sehen**

Der junge, ehrgeizige Nachbarpfarrer Johannes Ludwig Borjon in Ambérieux schrieb an den Pfarrer von Ars: „Sie werden als Heiliger rumgeredet, und doch kommen nicht alle Leute, die Sie aufsuchen, bekehrt zurück. Sie täten gut, Ihren übelberatenen Eifer etwas zu mäßigen. Andernfalls sehen wir uns zu unserem Bedauern gezwungen, uns in dieser Angelegenheit an den Bischof zu wenden. Wer so wenig Theologie im Kopf hat, sollte keinen Beichtstuhl betreten.“

### **Eigene Grenzen annehmen**

Als Johannes Vianney diesen Brief laut las ohne den Absendernamen zu nennen, war gerade der Bürgermeister von Ars im Pfarrhaus. Dieser kommentierte: „Der Brief stammt zweifellos von einer ungezogenen Person. Werfen Sie ihn in den Ofen! Er ist der Beachtung nicht wert.“ Der Pfarrer von Ars antwortete: „Ohne Zweifel verdient er alle Beachtung, Er kommt von einem gebildeten Mann. Zudem hat er recht. Es ist wahr, was er schreibt.“ „Es ist wahr?“ stammelte der Bürgermeister. „Ja, freilich! In jeder Familie gibt es ein minderbegabtes Kind. Ich war daheim dieses Kind.“ Johannes Vianney antwortete diesem Mitbruder und schrieb unter anderem: „Sie sind der einzige, der mich wirklich kennt...Aufrichtig danke ich Ihnen für die gütigen Ratschläge, die Sie mir zuteil werden ließen, Ich gebe meine Dummheit und mein Unvermögen zu...“ Pfarrer Borjon ging mit dem Brief zum Kollegen ins Nachbardorf und zeigte ihm den Brief: „Bitte sagen Sie mir, es ist doch Hohn, was er da schreibt?“ fragte er aufgeregt. „Nein, nein. mein Freund!“ erwiderte der alte Herr ernst, nachdem er das Schreiben gelesen hatte. „Das ist weder Hohn noch falsche Demut. Der Pfarrer von Ars hat geschrieben, was er wirklich denkt, und jedes Wort kommt ihm aus ehrlichem Herzen, Mir scheint, mein Lieber, Sie haben unserem heiligmäßigen Mitbruder etwas abzubitten, und ich würde keine Tag damit zögern.“<sup>i</sup>

Das Annehmen der eigenen Grenzen und das Bejahen der Tatsache, dass einen die anderen auf diese Grenzen hin ansprechen, machen einen Menschen unangreifbar. Demut als leichtfüßige Art, durchs Leben zu gehen, anstatt seine Schwächen hinter einer schweren Rüstung aus vermeintlicher Kompetenz zu verstecken.

### **Wunsch nach Anerkennung**

Nach diesem Beispiel aus dem 19. Jh. ein Kontrastfall aus dem 20. Jahrhundert: Der Maler Hans Platschek, Jahrgang 1922, war mit seiner Familie vor den Nazis nach Uruguay geflohen und in den 1950er Jahren nach Deutschland zurückgekehrt. Ein Mann mit einer vielfach geknickten Biographie und ein wortgewandter Zyniker. Selber im Verhalten durchaus liebevoll und freundlich, konnte er mit Worte massiv verletzen. Die Journalistin Christine Eichel schreibt in ihrer Biographie: „Ich habe viel von ihm gelernt, besonders über das Wesen des Zynikers. Seine bitteren Kommentare speisten sich aus Verbitterung. Sein Hass verriet bei aller



behaupteten Souveränität enttäuschte Liebe. Vermutlich war er vor allem von sich selbst enttäuscht, denn er hatte es nicht geschafft, die hohen Erwartungen an sich selbst zu erfüllen. Und hoch waren sie wirklich gewesen. Schon als Halbwüchsiger hatte er heimlich eines seiner Bilder in der Gemäldegalerie von Montevideo

aufgehängt, direkt zwischen Klee und Mondrian, Bescheidenheit war seine Sache nicht.<sup>“ii</sup> In Anlehnung an Peter Sloterdijk führt sie weiter aus:

[der Zyniker] „fühlte sich gleichzeitig erhaben über die Gesellschaft und litt darunter, von ihr allenfalls als Hofnarr geduldet zu werden. So schwankte er zwischen Verachtung und Wunsch nach Anerkennung. Eine explosive Mischung.“<sup>iii</sup>

## **Abschied von Allmachtsphantasien**

Dass man sich mittels eines Zauberstabs und gewisser Zaubersprüche eine Wunschwelt und eben auch einen Wunschkörper und einen Wunschgeist herstellen könne – diese Ursehnsucht hat von ihrer Faszination nichts verloren. Das konnten wir an den Verkaufszahlen der Harry-Potter-Bücher feststellen. Zum Erwachsenwerden gehört neben der Selbsterkenntnis auch die Selbstannahme. Zu Recht warnte Nietzsche: „Wer sich selber hasst, den haben wir zu fürchten, denn wir werden die Opfer seines Grolls und seiner Rache sein. Sehen wir also zu, wie wir ihn zur Liebe zu sich selbst verführen.“<sup>iv</sup>

Wie schwer das - und in den Augen von Betroffenen schier unmöglich - zu sein scheint, das können wir im Abschiedsbrief einer Psychologiestudentin – Mitte 20 - an ihre Eltern und Freunde nachlesen:

„*Meine Lieben!*

*Versucht mich zu verstehen. Ich habe das Leben in Fülle nie gehabt. Ich habe immer das Gefühl gehabt, zu wenig zum Leben mitgekriegt zu haben. Im Leben hatte ich die Lust und die Freude nicht, so bleibt mir nur der Tod. Ich hab irgendwie immer zu wenig vom Leben verstanden, bin zu langsam und viel zu ernst. Ich hatte gehofft, dass es sich noch ändern würde, es hat aber nicht, und es wird immer später. Alle anderen schaffen es, ihren Weg zu finden, nur ich nicht. Ich habe die Kraft nicht, erwachsen zu werden. Verzeiht mir. Ich habe die Angst aus meinem Leben nie weggebracht. Ich mag nicht mehr....“*

„Es ist besser, mich gibt es nicht, als mich gibt es so, wie ich bin.“ – Das ist das Credo derer, die sich als Reklamationsfall des Schöpfers fühlen. Endet das Erschrecken über die eigenen Grenzen oder das Leiden an den eigenen Grenzen zwangsläufig in der Sackgasse der Selbstverneinung oder zumindest Selbstverachtung?

## **Biblischer Befund**

Werfen wir einen Blick in die Bibel. Wie geht Paulus mit seinen Grenzen um? In seiner Aufzählung im 15. Kapitel des 1. Korintherbriefes, wem der Auferstandene nach Ostern erschienen ist, kommt er am Ende auch auf sich zu sprechen. Er schreibt:



*„Als Letztem von allen erschien er auch mir, dem Unerwarteten, der «Missgeburt».  
Denn ich bin der geringste von den Aposteln; ich bin nicht wert, Apostel genannt zu werden, weil ich die Kirche Gottes verfolgt habe.  
Doch durch Gottes Gnade bin ich, was ich bin, und sein gnädiges Handeln an mir ist nicht ohne Wirkung geblieben. Mehr als sie alle habe ich mich abgemüht - nicht ich, sondern die Gnade Gottes zusammen mit mir.“ (1 Kor 15,8-10)*

Von der Missgeburt zum Überapostel – aber nicht aufgrund eigener Anstrengung, sondern durch die Gnade Gottes. Ein ähnlicher gedanklicher Spagat gelingt Paulus im 2. Korintherbrief. Da lesen wir:

*Damit ich mich wegen der einzigartigen Offenbarungen nicht überhebe, wurde mir ein Stachel ins Fleisch gestoßen: ein Bote Satans, der mich mit Fäusten schlagen soll, damit ich mich nicht überhebe. Dreimal habe ich den Herrn angefleht, dass dieser Bote Satans von mir ablasse. Er aber antwortete mir: Meine Gnade genügt dir; denn sie erweist ihre Kraft in der Schwachheit. Viel lieber also will ich mich meiner Schwachheit rühmen, damit die Kraft Christi auf mich herabkommt. Deswegen bejahe ich meine Ohnmacht, alle Misshandlungen und Nöte, Verfolgungen und Ängste, die ich für Christus ertrage; denn wenn ich schwach bin, dann bin ich stark. (2 Kor 12,7-10)*

Die Lösung besteht also nicht – wie Paulus zuerst annimmt – in der Verwandlung zum Superhelden. Nein, seine Grenzen und Schwächen bleiben. Und doch kann Gott durch diesen begrenzten Menschen scheinbar Unmögliches möglich machen. Die so genannten Charismen, die Gnadengaben, sind von Gott gedacht zum Aufbau der Gemeinde und nicht zur Befriedigung der Eitelkeit des Begnadeten.

Erlauben wir uns auch einen Blick auf das Magnifikat Mariens, den Lobgesang, den sie bei der Begegnung mit ihrer Verwandten Elisabeth anstimmt. Darin singt sie:  
*„Denn auf die Niedrigkeit seiner Magd hat er geschaut.  
Siehe, von nun an preisen mich selig alle Geschlechter.  
Denn der Mächtige hat Großes an mir getan.“ (Lk 1,48f)*

Rein geschöpflich gilt die „Niedrigkeit der Magd“. Doch im Zusammenwirken von Gott und Mensch kommt als Ergebnis heraus, dass alle Geschlechter sie (nicht Gott!) selig preisen.

## **Konsequenzen für das christliche Lebensgefühl**

Die frohe Gewissheit, von Gott bedingungslos angenommen zu sein, ermöglicht es den Gläubigen, die Masken abzulegen und nicht mehr die ganze Energie in die glänzende Fassade zu investieren. In einem Anbetungslied von Peter Frey von 1994 heißt es:



*Und ich danke dir, dass du mich kennst und trotzdem liebst.*

*Und dass du mich beim Namen nennst und mir vergibst.*

*Herr, du richtest mich wieder auf, und du hebst mich zu dir hinauf.*

*Ja, ich danke dir, dass du mich kennst und trotzdem liebst.*

## **Kentenich-Pädagogik**

Werfen wir einen Blick auf Pater Kentenich und seine Pädagogik. Bevor er selber die Schwestern-Gemeinschaft gegründet hat, hielt er in Klöstern oft Einkehrtage und Exerzitien und wurde massiv mit dem Problem Neid und Eifersucht in den Beichtbekenntnissen konfrontiert. Warum war das ein so großes Problem? Aufgrund seiner psychologisch-therapeutischen Begabung konnte er die Antwort finden: Da war Demutserziehung mit dem Holzhammer betrieben worden. Die Ordensleute waren aber nicht demütig geworden, sondern litten an chronischen Minderwertigkeitsgefühlen. Und zu chronischem Minderwertigkeitsgefühl gehören Neid und Eifersucht wie Fieber zur Grippe. Jetzt nur symptomatisch Neid und Eifersucht unterdrücken zu wollen, löst das Problem nicht.

Kentenichs Erkenntnis: Nur wenn der Mensch groß von sich denkt und in Freude JA zu sich sagen kann, dann ist er immunisiert gegen Neid und Eifersucht. Die Angst vor dem „Straßengraben“ Stolz und Überheblichkeit auf dem Weg der Nachfolge Christi hat viele in den entgegen gesetzten „Straßengraben“ Minderwertigkeitsgefühl steuern lassen und sie gleichzeitig blind für das Problem werden lassen.

Denn nirgendwo gibt es so ideale Möglichkeiten sich selbst zu belügen wie im Spirituellen. Wenn ein Maurer eine Wand schief hochzieht, dann hält der Polier die Wasserwaage an die Wand. Das Urteil ist klar und die Konsequenz auch: „Abreißen neu mauern!“ Aber ob jemand wirklich in reifer Weise demütig ist oder nur an Minderwertigkeitsgefühlen leidet, das sieht auf den ersten Blick sehr ähnlich aus.

Pater Kentenich hat sich in der pädagogischen Tagung 1950 ausführlich mit der Problematik auseinandergesetzt. Dort definiert er:

***„Demut ist die Tugend, die uns fähig und geneigt macht, aufgrund einer überaus klaren und wahren Selbst- und Gotteserkenntnis uns – getrennt von Gott – gering, in Verbundenheit mit Gott überaus groß und hoch zu schätzen.“***

Wir können diese Sicht der Demut als kopernikanische Wende in der Spiritualitätsgeschichte betrachten. Erinnern wir uns an das eben über Paulus und Maria Gesagte!

Jetzt können wir auch nachvollziehen, warum Pater Kentenich der ungebremsten Demutserziehung sehr skeptisch gegenüberstand. Ein Beispiel für viele ist das populäre Betrachtungsbüchlein „Nachfolge Christi“, das Thomas von Kempen (\* um 1380 in Kempen als Thomas Hemerken; † 25. Juli 1471) zugeschrieben wird.



Diese Sicht der Demut hat für die geistliche Begleitung weitreichende Konsequenzen:

## **Erfolge feiern! Und keine Angst vor Erfolgen haben!**

Bildlich gesprochen: Nicht selber so lange den Kopf über dem Teller schütteln, bis ein Haar hineinfällt, das man dann voller Empörung und Ekel rausfischt.

Ich erinnere mich an die Erzählung eines Mitbruders in Österreich: Nach der Messe kam eine Gläubige zu ihm und sagte: „Sie haben aber schön gepredigt.“ Er strahlte sie an und antwortete: „Das war auch meine Absicht.“ Irgendwie war die Frau von dieser Antwort irritiert. Es gehörte zu den ungeschriebenen Spielregeln in ihrem Umfeld, dass man auf Komplimente mit dem großen „Aber...“ reagiert und sich selber schlecht macht. Doch auf dieses Spielchen wollte sich mein Mitbruder nicht einlassen.

Wenn wir uns durch Erfolge in die Dankbarkeit führen lassen, dann sind wir am besten immunisiert gegen Überheblichkeit. Das wusste auch schon Paulus, wenn er schreibt ... damit kein Mensch sich rühmen kann vor Gott..“ (1 Kor 1,29f)

Schon in der Werktagsheiligkeit, der ersten systematischen Darstellung der Schönstatt-Spiritualität, von 1937 können wir lesen:

„Demut lernen wir bekanntlich weniger durch Betrachtungen als durch Verdemütigungen. Und der edle Menschen fühlt sich schwerlich durch irgendetwas anderes stärker gedemütigt als durch sittliche Verirrungen und Entgleisungen. Wahre Demut drängt aber zum Vertrauen auf Gottes Barmherzigkeit und auf des Heilands

Blut. Und das Erlebnis der eigenen Armseligkeit stärkt uns gleichzeitig in der Geduld mit den Fehlern unserer Mitmenschen. In der eigenen Schwäche lernen wir die Schwäche und Armseligkeit der anderen verstehen und richtig werten.“<sup>v</sup>

Trotzdem ist das **Leiden an den eigenen Grenzen** eine heikle Phase im seelischen Wachstumsprozess. Aus diesem Grund hat Pater Kentenich den Wachstumsprozess in verschiedene Einzelschritte unterteilt, damit der Gläubige gut durch diese turbulenten Phasen kommt. Er rät:

*Sich nicht wundern!*

*Sich nicht verwirren lassen!*

*Nicht mutlos werden!*

*Sich nicht daran gewöhnen!*

Was meint er konkret damit?

**Sich nicht wundern!** In einem der Detektiv-Romane über father Brown fragt der Kommissar den father Brown, wie er denn zu seinen überraschenden aber oftmals richtigen Intuitionen kommen würde. Dieser antwortet: Nun, ich stelle mir vor, wie ich



es anstellen würde, wenn ich der Täter wäre. Erschrocken und bewundernd zugleich reagiert der Kommissar: „Was, Sie father Brown?“<sup>vi</sup> Pater Kentenich weist immer wieder darauf hin, dass sich in jedem von uns Abgründe auftun können, die wir nie vermutet hätten. In jedem von uns stecken ein Heiliger und ein Verbrecher, eine Mutter Teresa und ein Hitler. In ruhigen und geordneten Zeiten, wo die Polizei uns schützt und die Gerichte und Gefängnisse die Drecksarbeit der Bestrafung und Wiedergutmachung erledigen, werden diese Abgründe weniger sichtbar. Aber vorhanden sind sie.

## **Sich nicht verwirren lassen!**

Die meisten Fahrerfluchtdelikte haben ihre Wurzel nicht in der Feigheit und Verantwortungslosigkeit sondern in der Panik: Nur schnell weg von diesem Ort des Schreckens! Auch der ansonsten coole und erfahrene Testpilot und spätere Astronaut Guss Grissom geriet nach seiner Wasserung der Mercury-Kapsel am 21.7.1961 in Panik und sprengte zu früh die Ausstiegsluke auf. Das Raumschiff lief voll Wasser und sank. Grissom konnte gerettet werden. Die Kapsel konnte erst 1990 aus 6000m Tiefe geborgen werden.

## **Nicht mutlos werden!**

Dieser Seufzer „Ich schaff das nie!“ gehört zu den typischen Reaktionen eines Menschen, der trotz großer Anstrengung immer wieder auf die Nase fällt. Aus diesem Hintergrund ist das Ermutigungslied von Gertraud Wackerbauer „Steh wieder auf“ entstanden. Der Refrain lautet:

*„Steh wieder auf, geh wieder los! Hab’ keine Angst, sein Erbarmen ist groß!  
Bleibe nicht liegen am Ort deiner Schuld! Wage es neu! Hab mit dir selber Geduld.“<sup>vii</sup>*

## **Sich nicht daran gewöhnen!**

Ein häufiges Problem von Christen in der DDR war der Umgang mit dem so genannten Volkseigentum. Wenn man Ersatzteile oder Material nicht offiziell und legal kaufen kann, darf ich das dann im Betrieb, dem volkseigenen Betrieb mitgehen lassen? Ich habe auch einmal nachts um 0:30 Uhr eine ganze LKW-Ladung hellen

Putzsand, der eigentlich für den sowjetischen Truppenübungsplatz bestimmt war, auf unserem Pfarrhof abkippen lassen für eine Flasche Wodka. Legal war an diesen Sand seit Monaten nicht heranzukommen. Jetzt konnten wir endlich das Pfarrhaus von außen verputzen.

In der DDR ein Sanierungs- oder Renovationsprojekt für kirchliche Gebäude anzugehen war nur möglich, wenn man den Mut zum Schuldigwerden aufbrachte. Gerade dieser 4. Imperativ ist bedeutsam für Suchtkranke, die trotz guten Willens immer wieder rückfällig werden, bis sie dann ganz den Ausstieg schaffen.

Hier noch einmal die Wiederholung:



**Sich nicht wundern!**

**Sich nicht verwirren lassen!**

**Nicht mutlos werden!**

**Sich nicht daran gewöhnen!**

Pater Kentenich wusste aber auch um die Schwäche von Negativformulierungen. Deshalb formulierte er als positive Teilschritte:

ein Wunder der Demut werden!

ein Wunder des Vertrauens werden!

ein Wunder der Geduld werden!

ein Wunder der Liebe werden!<sup>viii</sup>

Pater Kentenich, der als Redner das große Anliegen der Einprägsamkeit und Merkbarkeit seiner Formulierungen hatte und im Laufe der Jahre zu immer markanteren und kürzeren Formulierungen griff, wiederholt bei den Schritten zur Annahme von Grenzen immer wieder dieses „ein Wunder an“. Er begnügt sich nicht damit, zu formulieren: Demütig werden! Mehr vertrauen! Geduldiger werden! Besser lieben können! Er weiß um die chronischen Schwierigkeiten bei diesen Wachstumsschritten.

## **In Freude JA zu sich sagen**

Wer sich in seinen Grenzen erkannt und angenommen hat, der kann besser realistisch seine Chancen erkennen und verwirklichen. Er schützt sich selber vor überspannten Abenteuern, die mit Bauchlandung und Katerstimmung enden. Wer in Freude JA zu sich sagen kann und der Versuchung zum Zynismus oder zum Minderwertigkeitsgefühl widersteht, der wird sich immer wieder neue Herausforderungen suchen.

Pater Kentenich hat mit seiner Pädagogik und Spiritualität neue Akzente gesetzt, auch in der Demuterziehung. Und er hat seine Art, wie er Menschen zur Annahme ihrer Grenzen geführt hat, in bewältigbare Einzelschritte gegliedert und methodisch aufbereitet. Ich wünsche und erbitte Ihnen den Hl. Geist und gute geistliche Begleiter auf dem Weg der Nachfolge.

***P. Elmar Busse***

- i Wilhelm Hünermann, *Der Heilige und sein Dämon*, Heidelberg 1952, S. 327 – 331.
- ii Christine Eichel, *Warum ich wieder bete. Das Ende des Zynismus*, Gütersloh 2009, S. 79.
- iii A.a.O. S. 80. Ch. Eichel folgt den Ausführungen von Peter Sloterdijk, *Kritik der zynischen Vernunft*. Surhkamp-Vlg. 1983.
- iv Nietzsche, hier zit.n. Christine Eichel, a.a.O. s.133.
- v A. Nailis, *Werktagsheiligkeit*, Limburg 1948, S. 158.
- vi leider keine Quellenangabe für mich bisher möglich.
- vii *Blaues Liederbuch*, Nr 189.
- viii Kentenich, *Milwaukeeterziat (Vorträge von 1963)* Bd. 6, 63-77.