

Das demütige und sanftmütige Herz Jesu ist unser Vorbild

Verkündigungsbrief vom 03.08.1986 - Nr. 30- Lk 12,13-21
(18. Sonntag im Jahreskreis)

Glaubensbrief - Sonderblatt Nr. 30-1986

- Der Name des Verfassers (Katholischer Priester) wird zum Schutz seiner Persönlichkeit nicht bekanntgegeben -

Wer sich dem Herzen Jesu weihet, soll sich dieses Herz auch zum Vorbild nehmen. Sein Leben nachbilden. Selbst Sühneopfer des göttlichen Herzens werden wollen, verlangt, daß man im eigenen Herzen alle Gesinnungen, Wünsche und Neigungen überwindet, die nicht mit denen des Herzens Jesu übereinstimmen. Nicht nur diese oder jene schwere oder läßliche Sünde ablegen. Nicht nur einen Fehler oder eine bestimmte Unvollkommenheit bezwingen. Nicht nur eine bevorzugte Tugend leben.

Bei der Weihe an das Herz Jesu geht es um mehr.

- Unser ganzes Leben muß umgewandelt werden. Dazu stellt uns der göttliche Meister des wahren Lebens besonders zwei Tugenden vor Augen, für die er sich selbst uns als Vorbild bezeichnet.

Diese beiden Tugenden muß man besitzen, um Zugang zu allen anderen Tugenden zu finden. Sie heißen **Sanftmut** und **Demut**.

- Jesus sagt (Mt. 11, 29): „*Lernt von mir; ich bin sanft und demütig von Herzen.*“

Alle Mißstimmungen der Eigenliebe und des Stolzes müssen wir durch diese zwei Tugenden vertreiben. Dann werden wir auch von anderen Fehlern frei. Wer eine tiefe Demut besitzt, findet den Zugang zu den anderen Tugenden. Wer sich nicht die Demut des Herzens Jesu aneignet, dem nützen auch seine anderen Tugenden nicht vor Gott. Denn er betätigt sie, um sich selbst als Tugendbold herauszustreichen. Er ist stolz auf seine Tugenden und entwertet sie vollständig.

- Es wird von einem Mann der Kirche erzählt - wenn er es nicht gesagt hat, ist es gut erfunden -, er habe über sich selbst mitgeteilt: „*Ich kann nicht auf viele Tugenden in meinem Leben verweisen. Aber eine Tugend habe ich: die Demut. Und darauf bin ich sehr stolz!*“

Man lacht, aber das Bonmot stimmt gleich danach sehr traurig. Denn in einem solchen Fall fehlt gerade die wahre Demut:

- Maria fühlte sich als niedrige Magd, Heilige als Knecht des Herrn.

Demut lehrt, daß auch das Gute im eigenen Leben aus der Gnade Gottes quillt und deswegen kein Anlaß zum Stolz sein sollte.

Zur Demut muß die Sanftmut kommen. Damit ist vielmehr gemeint als Gewaltverzicht im heute üblichen Verständnis.

Der sanftmütige Mensch beherrscht sich selbst. Überläßt sich nicht seinem Zorn und Unmut. Diese Tugend, die es im Zeitalter der Empörung aller über alles, nur nicht

über sich selbst, kaum gibt, zügelt die leidenschaftlichen Regungen in unserer Seele, die uns so oft die gesetzten Grenzen überschreiten läßt. Das verwirrt die Menschen und läßt sie die gerade Richtung verlieren. Das Herz Jesu müßte Kompaß unserer Seele sein, nicht der Eigenwille mit seinen so oft ungerechten Leidenschaften, die unserem ungeordneten Eigenwillen dienen, nicht aber dem göttlichen Willen.

- Der sanftmütige Mensch wird zum Herrn seiner selbst, weil er Jesus als seinen Herrn anerkennt.

So lernt er, seine Erregungen einzudämmen, seine Unbeherrschtheiten zu regulieren, damit sich das eigene Ich nicht immer wieder aufspielt gegen Widerstände, sich aufbäumt, wenn es angetastet wird. Wie aufgeblasen und hochfahrend ist doch dieses unser kleines Ich, das sich so groß macht, weil Gott so klein ist in seinem Dasein.

Die Demut ist das Fundament der Sanftmut. Beide gehören wie zwei Seiten eines Geldstücks zusammen.

Wie schnell werden wir empfindlich, wenn uns jemand widerspricht. Geht es dabei um Widerspruch zu göttlichen Wahrheiten oder Tugenden, brauchen wir uns nicht aufzuregen, weil Gott beleidigt wird. Geht es aber um eigene Ansichten oder gewohnte Verhaltensweisen, dann sollten wir immer offen sein für Kritik. Wer darum keinen Widerspruch vertragen kann, offenbart nur seine Eigenliebe, seinen Stolz. Schnell wird aus ihm eine beleidigte Dampfnebel, die sich gegen andere aufblähen muß, um von sich selbst eine große Meinung zu behalten.

Was Gott dazu meint, interessiert nicht. Aber darin liegt gerade der Fehler. Wem die Sanftmut fehlt, für den ergeben sich unvermeidlich dauernd Zusammenstöße mit der Umwelt, er verliert schnell die Ruhe und Ausgeglichenheit, den äußeren und inneren Frieden. Daraus folgt der Verlust des klaren Urteils. Man sieht nicht mehr deutlich genug das göttliche Licht, das mir seinen Willen und seinen Weg zeigt. Die hin- und herschwankende Seele verliert an Kraft.

- Nur der wirklich Sanftmütige bewahrt die Kontrolle und Herrschaft über sich selbst. Um sie zu erwerben, ist der ständige Kampf zur Ausrottung aller Keime des Hochmuts und der Eigenliebe erforderlich. Ohne tägliche Gewissenserforschung ist diese Schwerstarbeit eine Illusion. Eine Schlacht kann nur gewonnen werden durch unaufhörlichen, tapferen Kampf gegen alles Aufwuchern der Gefühle und das Widerstreben des Ich.

Ermuntern will uns dabei das demütige und sanftmütige Herz Jesu, das sich vollständig dem Willen des Vaters unterwarf. Dieses Herz will uns die Kraft geben, wenn wir es genügend „anzapfen“, wobei es nicht nur um die eigene Seele geht, sondern darüber hinaus um das ewige Heil anderer Seelen, für die es Früchte der Sühne zu gewinnen gilt. Gehen wir also in die Schule der Liebe des heiligsten Herzens Jesu, damit wir selbst demütig und sanft von Herzen werden. Das läßt mich seine unendlich kostbare Freundschaft gewinnen und mich zum wahren Jünger Jesu werden.

Die ehrliche Demut verlangt, daß wir die kleinen Demütigungen des Alltags ertragen, sie sogar gerne annehmen mit Humor und Heiterkeit.

Nicht sich dauernd entschuldigen, sich über andere beklagen, sondern daran denken, daß man auf Grund des eigenen Elends eigentlich noch mehr und größere Demütigungen verdient hätte, die ER uns erspart hat.

- Die kleine *hl. Theresia von Lisieux* befand sich einmal in der Kirche vor einer Schwester, die immer falsch sang. Schon wollte sie diese aufgeregt und heftig ermahnen, doch bitte sofort ihre Kakophonie einzustellen. Dann dachte sie darüber nach, wie weh sie dieser mit ihrer Klage tun würde. Und daß sie ja nicht böse- oder auch nur freiwillig so verkehrte Töne von sich gab. Sie beschloß, sich zu beherrschen. Ja mehr noch, sich über das schräge Singen zu freuen, weil es sie an die eigenen zahllosen Fehler und Unvollkommenheiten erinnert und antrieb, auf die göttliche Barmherzigkeit Christi zu hoffen. Im Innern spürte sie, wie sehr der Heiland dieses Verhalten anerkannte, wie er sich darüber freute. Das war für sie eine gute Lektion in der Schule des Meisters.

Die Wissenschaft der Heiligen will Christi Worte in unser Leben übersetzt wissen:

- *„Lernet von mir; ich bin sanft und demütig von Herzen; und ihr werdet Ruhe finden für eure Seelen.“*

Wieso finden wir diese Ruhe in den Seelen nicht vor? Die übernommene Ursünde belastet uns, führt in uns zu Eigenwillen, Menschenfurcht, Feigheit, Selbstgefälligkeit, Eigensucht. Immer wieder müssen wir uns eintauchen in die Abgründe des Herzens Jesu. Nur dann können wir in uns Heftigkeit, Ungeduld und Zorn abtöten, unseren Ehrgeiz, unsere Ansprüche und Empfindlichkeiten. Dann werden wir demütig. Und zur Erlangung der Sanftmut gehört die Abtötung des Charakters, der Launen, der Schroffheit, der auf brausenden Lebhaftigkeit.

- Man kann sich nicht einfach mit seinem fehlerhaften Charakter abfinden. Durch Gewissenserforschung, durch ehrliche Hinweise eines guten Freundes muß man das Ungute an sich erkennen und an sich arbeiten durch Übung der jeweils entgegengesetzten Tugenden.

Niemand ist vom Gesetz der Nächstenliebe dispensiert. Er kann sich nicht auf sein angeborenes Temperament berufen, wenn er damit nur seine Ungeduld und seine Launen rechtfertigen will.

- Es gibt keine Selbstrechtfertigung des Getauften. Nur Gott kann ihn rechtfertigen. Er muß alles tun, um des göttlichen Geschenkes würdig zu sein.

Die Heiligen haben es getan. Sie sind uns Vorbilder.

- Der *hl. Franz von Sales* neigte sehr stark zu Unbeherrschtheit und Zorn. Er wurde ein Vorbild gelebter Sanftmut. Der *hl. Ignatius* hatte ein lebhaftes,

ungeduldiges Gemüt, der hl. Vinzenz von Paul neigte zu unangenehmen Launen.

Sie kämpften um ein gutes, freundliches Wesen. Mit Hilfe der Gnade Gottes wurden sie ausgeglichen. Franz von Sales überwand alle Verleumdungen und Beschimpfungen durch Güte und Liebe. Sein geduldiges Verzeihen kannte keine Grenzen. Es wurde seine Freude und Wonne, seinen Feinden zu verzeihen. Dabei hat er sein aufbrausendes Naturell täglich zügeln müssen, was sogar anatomisch nach seinem Tod festgestellt werden konnte: Bei der Öffnung des Leichnams war die Galle verhärtet und in mehrere kleine Steine geteilt von der Gewalt, die er sich ständig zur Überwindung seines Zorns antun mußte.

- Ein Adliger haßte Franz von Sales und verleumdete ihn mit äußerst boshaften, falschen Beschuldigungen. Er blieb ruhig und unverbittert. Der Edelmann machte in seiner Wut mit Hunden, Waldhörnern und Jägern vor seiner Tür einen höllischen Lärm. Franz verbot seinen erzürnten Leuten, den Ruhestörer zu züchtigen. Dieser ließ die Fenster des bischöflichen Hauses mit Steinen einwerfen. Franz ließ sich nicht provozieren und verbot die Anklage vor Gericht. Einige Tage darauf begegnet er seinem Feind in der Stadt. Höflich spricht er ihn an, bittet um seine Freundschaft und umarmt ihn herzlich. Der Adlige wird einer seiner besten Freunde.