Gottesdienstordnung



Kapelle Herz Mariä
Wernher-von-Braun Str. 1
71254 Heimerdingen

Kapelle St. Josef
Kapellenweg 4
88145 Wigratzbad

Dezember 2026

Gottesdienstzeiten – Heimerdingen

29.	**So.**	**1. Sonntag im Advent** – *„Ad Te levavi“* – Ged. des hl. Saturninus, Mart. 8.^{00} Uhr **Hl. Messe** 9.^{45} Uhr **Hl. Messe** ***Segnung der Adventskränze***	**semidupl. I. class.**
30.	Mo.	**Hl. Apostel Andreas** – Ged. vom Wochentag 7.^{00} Uhr **Hl. Messe**	duplex II. class.
1.	Di.	vom Wochentag 7.^{00} Uhr **Hl. Messe**	simplex
2.	Mi.	Hl. Bibiana, Jungfr. u. Mart. – Ged. vom Wochentag 7.^{00} Uhr **Hl. Messe**	semiduplex
3.	Do.	Hl. Franz Xaver, Bek. – Ged. vom Wochentag *– Priesterdonnerstag* 18.^{30} Uhr **Hl. Messe** anschl. Sakramentsandacht	duplex majus
4.	Fr.	Hl. Petrus Chrysologus, Bisch. u. Kirchenl. – Ged. vom Wochentag – Ged. der hl. Barbara, Jungfr. u. Mart. *– Herz-Jesu-Freitag* 17.^{45} Uhr Aussetzung & Rosenkranz 18.^{30} Uhr **Hl. Messe** anschl. Sühnegebet & sakramentaler Segen	duplex
5.	Sa.	vom Wochentag – Gedächtnis des hl. Sabbas, Abtes *– Herz-Mariä-Sühnesamstag* **6.^{45} Uhr Rorate** anschl. Aussetzung & Rosenkranz	simplex
6.	**So.**	**2. Sonntag im Advent** – *„Populus Sion“* – Ged. des hl. Nikolaus von Myra, Bisch. – Ged. vom Wochentag 8.^{00} Uhr **Hl. Messe** 9.^{45} Uhr **Hl. Messe**	**semiduplex II. class.**
7.	Mo.	Hl. Ambrosius von Mailand, Bisch. u. Kirchenl. – Ged. vom Wochentag – Ged. der Vigil von Mariä Unbefleckte Empfängnis 7.^{00} Uhr **Hl. Messe**	duplex
8.	**Di.**	**FEST MARIÄ UNBEFLECKTE EMPFÄNGNIS** **mit gewöhnlicher Oktav** – Ged. vom Wochentag 18.^{30} Uhr **Hl. Messe** anschl. Litanei & sakramentaler Segen	**duplex I. class.**

9.	Mi.	von der Oktav der Unbefleckten Empfängnis – Ged. vom Wochentag 7.^{00} Uhr **Hl. Messe**	semiduplex
10.	Do.	von der Oktav der Unbefleckten Empfängnis – Ged. vom Wochentag – Ged. des hl. Melchiades, Papst u. Mart. 7.^{00} Uhr **Hl. Messe**	semiduplex
11.	Fr.	Hl. Damasus I., Papst u. Bek. – Ged. der Oktav Mariä Unbefleckte Empfängnis – Ged. vom Wochentag 18.^{30} Uhr **Hl. Messe**	duplex
12.	Sa.	von der Oktav der Unbefleckten Empfängnis – Ged. vom Wochentag **6.^{45} Uhr Rorate**	semiduplex
13.	**So.**	**3. Sonntag im Advent** – *„Gaudete“* – Ged. der hl. Lucia, Jungfr. u. Mart. – Ged. der Oktav Mariä Unbefleckte Empfängnis 8.^{00} Uhr **Hl. Messe** 9.^{45} Uhr **Hl. Messe**	**semiduplex II. class.**
14.	Mo.	von der Oktav der Unbefleckten Empfängnis – Ged. vom Wochentag 7.^{00} Uhr **Hl. Messe**	semiduplex
15.	Di.	Oktavtag der Unbefleckte Empfängnis – Ged. vom Wochentag 7.^{00} Uhr **Hl. Messe**	duplex majus
16.	Mi.	Hl. Eusebius, Bisch. u. Mart. – Ged. des Quatember-Mittwochs im Advent 18.^{30} Uhr **Hl. Messe**	duplex
17.	Do.	vom Wochentag 7.^{00} Uhr **Hl. Messe**	simplex
18.	Fr.	Quatember-Freitag im Advent 18.^{30} Uhr **Hl. Messe**	simplex
19.	Sa.	Quatember-Samstag im Advent – Ged. der vorgezogene Vigil des hl. Apostels Thomas 8.^{00} Uhr **Hl. Messe**	simplex
20.	**So.**	**4. Sonntag im Advent** – *„Rorate“* ***keine hl. Messe***	**semiduplex II. class.**
21.	Mo.	**Hl. Apostel Thomas** – Ged. vom Wochentag 7.^{00} Uhr **Hl. Messe**	duplex II. class.
22.	Di.	vom Wochentag 7.^{00} Uhr **Hl. Messe**	simplex

23.	Mi.	vom Wochentag 7.^{00} Uhr **Hl. Messe**	simplex
24.	Mi.	Vigil von Weihnachten 7.^{00} Uhr **Hl. Messe** 23.^{45} Uhr Krippenlegung	simplex
25.	**Do.**	**FEST DER GEBURT JESU CHRISTI** **mit privilegierter Oktav 3. Ordnung** – in der 2. Messe das Ged. der hl. Anastasia, Mart. 0.^{00} Uhr **Christmette** für Freunde & Wohltäter 8.^{00} Uhr **Hirtenmesse** 9.^{45} Uhr **Hl. Messe am Tage** anschl. sakramentaler Segen	**duplex I. class.**
26.	**Sa.**	**Hl. Erzmärtyrers Stephanus** **mit einfacher Oktav** – Ged. der Oktav von Weihnachten 8.^{00} Uhr **Hl. Messe** 9.^{45} Uhr **Hl. Messe**	**duplex II. class.**
27.	**So.**	**Hl. Apostel u. Evangelist Johannes** **mit einfacher Oktav** – Ged. der Oktav von Weihnachten ***keine hl. Messe***	**duplex II. class.**
28.	Mo.	**Hll. Unschuldige Kinder, Mart.** **mit einfacher Oktav** – Ged. der Oktav von Weihnachten 18.^{30} Uhr **Hl. Messe**	duplex II. class.
29.	Di.	Hl. Thomas Becket, Bisch. u. Mart. – Ged. der Oktav von Weihnachten 7.^{00} Uhr **Hl. Messe**	duplex
30.	Mi.	vom Sonntag in der Weihnachtennachtsoktav – Ged. der Oktav von Weihnachten 7.^{00} Uhr **Hl. Messe**	semiduplex
31.	Do.	Hl. Silvester I., Papst u. Bek. – Ged. der Oktav von Weihnachten 8.^{00} Uhr **Hl. Messe** anschl. Jahresschlußandacht ***Te-Deum-Ablaß***	duplex
1.	**Fr.**	**Fest der Beschneidung des Herrn** **und Oktavtag von Weihnachten** *– Herz-Jesu-Freitag* 8.^{00} Uhr **Hl. Messe** 9.^{45} Uhr **Hl. Messe** anschl. sakramentaler Segen ***Veni-Creator-Ablaß***	**duplex II. class.**

Termine & Hinweise



Beichtgelegenheit & Rosenkranz:

- Rosenkranz: ca. 45 Minuten vor den Abendmessen.
- Beichtgelegenheit besteht vor und auf Wunsch auch nach den Sonntags- und Abendmessen oder nach Terminabsprache.

Hl. Messe f. Freunde & Wohltäter: Jeweils sonntags, um $8.^{00}$ Uhr.

„Rorate"-Messen: Am ***Samstag, den 5. und 12. Dezember,*** findet jeweils schon ***um $6.^{45}$ Uhr*** eine Rorate-Messe statt.

Quatembertage im Advent: Am ***16., 18. und 19. Dezember*** fordert uns die Kirche auf, für einen tauglichen Klerus Fasten und Abstinenz zu halten.

„Freudiges Fasten" am Heiligen Abend: Am ***24. Dezember,*** ist zur ***abendlichen Mahlzeit*** nach allg. Gewohnheit ***doppelt soviel*** erlaubt als an anderen Fasttagen.

Kindersegnung: Am ***Sonntag, den 3. Januar***, werden nach den hll. Messen jeweils die Kinder gesegnet.

Segnung des Johannesweines: Am ***Sonntag, den 27. Dezember,*** wird nach meiner Rückkehr aus Wigratzbad nichtöffentlich der Johanneswein gesegnet. Sie können ***am 2. Weihnachtstag Wein mitbringen*** und ihn zur Segnung am folgenden Tag an den Muttergottes-Altar stellen.

Ablässe zu Silvester und Neujahr:

- Wer am letzten Tag des Jahres in einer Kirche oder einem halböffentlichen Oratorium dem Gesang des ***„Te Deum – Großer Gott wir loben dich"*** beiwohnt, um Gott für die im Laufe des Jahres erhaltenen Wohltaten zu danken, dem wird ein ***Ablaß von 10 Jahren*** gewährt; ein ***vollkommener Ablaß*** wenn er auch beichtet, kommuniziert und nach der Meinung des Heiligen Vaters betet. ***(Poenit. 10. August 1936)***
- Wer am Neujahrstag im Gotteshaus andächtig dem Gesang des ***„Komm Schöpfer Geist"*** beiwohnt, um Gottes Hilfe für das neue Jahr zu erflehen, dem wird ein ***Ablaß von 10 Jahren*** gewährt; ein ***vollkommener Ablaß***, wenn er auch beichtet, kommuniziert und „nach der Meinung des Heiligen Vaters" betet. ***(Poenit. 10. August 1936)***

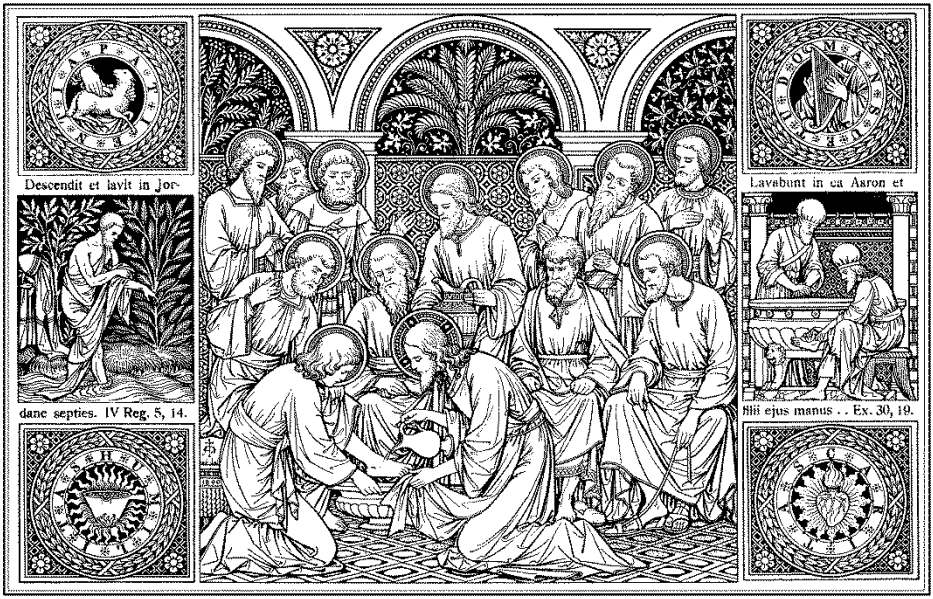
Glaubensbildung & Katholische Warte:
Die Vereins-Homepage www.thomasvonaquin.org bietet verschiedene Rubriken, u. a. Beiträge zur Orientierung im aktuellen kirchlichen Geschehen oder den sonntäglichen Predigtunterricht zum Nachlesen.
Ferner ist der Zugang zum Blog zelozelavi.net, auf dem eingehendere Studien zu kontroversen Themen eingestellt werden, unter der E-Mail kontakt@zelozelavi.net beantragbar.

Allgemeine Hinweise:

- Die ***Andachtsgegenstände*** werden nach der hl. Messe gesegnet.
- ***Taufen*** finden nach Vereinbarung statt. Als Taufpaten kommen nur praktizierende Katholiken mit gutem Ruf in Frage, welche die konziliare Pseudo-Kirche zurückweisen.
- **Meßstipendien:** ***Pro Person*** werden ***max. 3 Meßstipendien*** angenommen und ***frühestens ab Februar*** gelesen werden können. Schreiben Sie hierfür Ihre Intention(en) auf ein Blatt Papier, legen Sie es zusammen mit Ihrem Stipendium in einen Briefumschlag und lassen Sie denselben dem Priester zukommen. Es können ***weder „Leidensmessen“*** (6 Tage in Folge) ***noch „Meßnovenen“*** (9 Tage) ***noch „Gregorianische Messen“*** (30 Tage) angenommen werden. Bitte ***keine anonymen Zusendungen oder Banküberweisungen***! Diese werden lediglich als Spende verbucht.
- Kontaktieren Sie bitte den Priester, sobald der Arzt bei ihnen eine Krankheit diagnostiziert, die begründeterweise einen *tödlichen* Verlauf nehmen kann (z.B. Krebs), um möglichst zeitnah – etwa beim nächsten Kapellenbesuch – nach erfolgter Beichte, die ***heilige Ölung*** zu empfangen. Auch altersschwachen Menschen kann sie bei zunehmendem Unwohlsein gespendet werden (can. 940 §1).
- Wenn Sie eine ***Hochzeit*** planen, kontaktieren Sie bitte den Priester, noch bevor Sie weitere Vorkehrungen treffen, z. B. die Buchung von Örtlichkeiten oder den Kauf von Kleidern usw.

Kontakt:

- Verein St. Thomas v. Aquin (Verwaltung, Spendenquittungen)
  Mail: verein@thomasvonaquin.org



Die Tugend der Demut IV

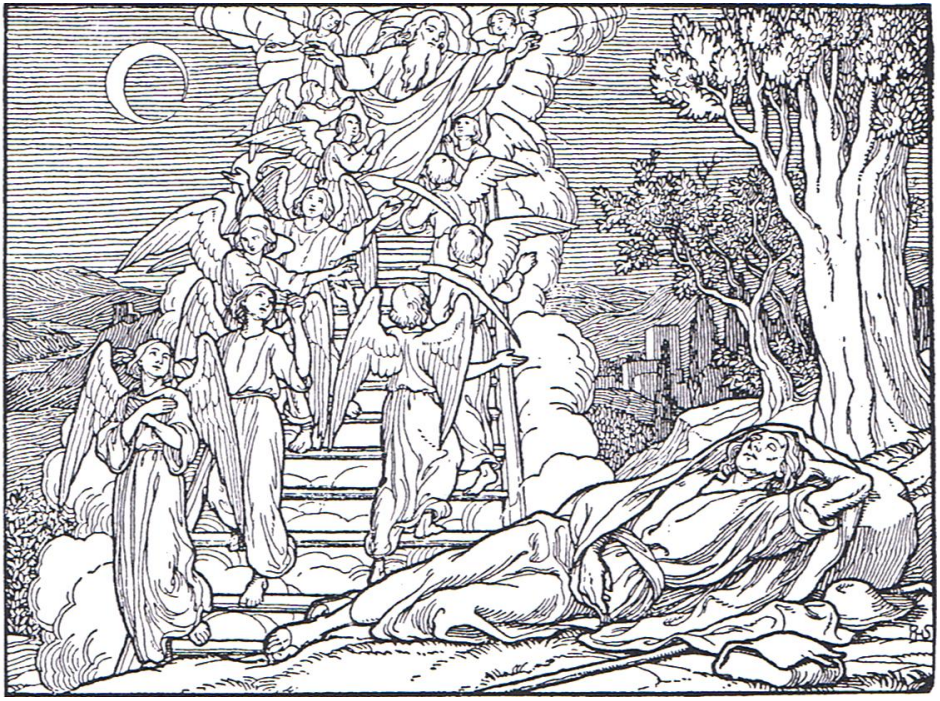
Die Stufenleiter der inneren Akte

Lernet von Mir, denn Ich bin sanft und demütig von Herzen.“ (Mt. 11,29), ruft uns der Herr im Evangelium zu. Dazu sagt der hl. Augustinus: *„‚Lernet von Mir‘, spricht Er: nicht die Welt zu erschaffen und Naturen ins Dasein zu rufen; auch nicht jenes andere, was Er hier als verborgener Gott und offenbarer Mensch vollbracht hat. Nicht dies sagt Er: ‚Lernet von Mir, Fieber von den Kranken zu vertreiben, Dämonen auszutreiben, Tote zu erwecken, Winden und Fluten zu gebieten, über die Wasser zu wandeln‘ – auch dies sagt Er nicht: ‚Lernet von Mir!‘ Denn diese Gaben hat Er einigen Seiner Jünger verliehen, anderen aber nicht. Dieses ‚Lernet von Mir‘ aber spricht Er zu allen, und von diesem Gebot darf sich niemand entschuldigen: ‚Lernet von Mir, denn Ich bin sanftmütig und von Herzen demütig.‘“* (Serm. 164, 11.16).

Doch der Herr stellte nicht nur eine Forderung auf, er gab uns auch selber ein Beispiel. Als Er beim Letzten Abendmahl Seinen Jüngern in tiefster Selbsterniedrigung die Füße gewaschen hatte, verband Er dieses Geheimnis Seines Herzens unmittelbar mit einem Auftrag für unser

konkretes Handeln: *„Ein Beispiel habe Ich euch gegeben, damit auch ihr so tut, wie Ich euch getan habe.“* (Joh. 13,15).
Nachdem wir zuletzt die innere Verfassung einer im zunehmenden Maß in der Demut gefestigten Seele kennengelernt haben, wollen wir im Folgenden sehen, wie sich dieses Voranschreiten an den inneren und äußeren Tätigkeiten der Seele bemerkbar macht. Auch hier folgen wir der Bewegung von innen nach außen, weil eine Tugend nur dann echt ist, wenn sie von innen heraus angetrieben wird.
Für diese Betrachtung greifen wir auf das berühmte siebte Kapitel der Regel des hl. Benedikt von Nursia zurück. Um den Kern jeder einzelnen der zwölf Stufen noch schärfer herauszustellen, legen wir neben die lichtvolle Erläuterung des hl. Benedikt das jeweilige finstere Kontrastprogramm, wie es der hl. Bernhard von Clairvaux in seinem Frühwerk *„De gradibus humilitatis et superbiae“ – „Über die Stufen der Demut und des Stolzes“* seinen Mönchen präsentiert hat.

Die zwölf Grade der Demut im Bilde der Jakobsleiter
Beide Heiligen verbinden ihre Lehre mit einem gemeinsamen biblischen Bild: der Himmelsleiter aus dem Traum des Patriarchen Jakob, auf der die Engel Gottes auf- und niederstiegen (Gen. 28,12).
Nach der Auslegung des hl. Benedikt ist die Himmelsleiter, die Jakob im Traum sah – *„auf der Erde stand sie, und ihre Spitze reichte bis in den Himmel, und Engel Gottes stiegen auf ihr auf und nieder; der Herr aber stand oben an ihr“* (Gen. 28,12 f.) –, niemand anderes als unser eigenes Leben hier auf Erden. Doch diese Leiter steht nicht aus eigener Kraft aufrecht: *„Die Leiter selbst aber ist unser Leben in der Zeitlichkeit, das, wenn das Herz gedemütigt ist, vom Herrn zum Himmel erhoben wird.“* (RB 7,8).
Benedikt zeichnet dieses Bild bis ins Einzelne aus: *„Die Seitenholme dieser Leiter nennen wir unseren Leib und unsere Seele; in diese Seitenholme hat die göttliche Berufung die verschiedenen Stufen der Demut oder der Zucht eingefügt, damit wir auf ihnen hinaufsteigen“* (RB 7,9). Wie eine reale Leiter nur trägt, wenn beide Holme fest miteinander verbunden sind, so ist auch der Weg der Demut kein bloßes Gedankenspiel des Geistes, sondern erfaßt den ganzen Menschen – Leib und Seele gemeinsam – in zwölf aufeinanderfolgenden Sprossen.
Dabei weist der hl. Benedikt gleich zu Beginn seines Kapitels auf die paradoxe Grundregel des geistlichen Lebens hin, die er dem Munde des



Herrn selbst entnimmt: *„Jeder, der sich selbst erhöht, wird erniedrigt werden, und wer sich selbst erniedrigt, wird erhöht werden."* (Lk. 14,11). Für die Bewegung auf der Leiter bedeutet das eine scheinbare Umkehrung aller irdischen Gesetze: *„Durch Überhebung steigen wir hinab, durch Demut steigen wir hinauf."* (RB 7,7). Während der Hochmütige meint, durch eigene Größe nach oben zu klettern, stürzt er in Wahrheit in die Tiefe; der Demütige hingegen, der sich freiwillig nach unten beugt und an den „Humus" seiner Geschöpflichkeit lehnt, wird Sprosse um Sprosse nach oben getragen – bis hin zum Gipfel der Leiter, wo der Herr selbst ihn erwartet.

Genau hier setzt der hl. Bernhard von Clairvaux an und führt seine Schüler mit einer tiefen Einsicht an das Thema heran, die uns aus den ersten Teilen unserer Betrachtung über die Demut bereits wohlvertraut ist: Demut ist Wahrheit. Schon im ersten Kapitel seiner Schrift macht Bernhard seinen Mönchen Mut, die Anstrengung dieses Weges nicht zu scheuen: *„Da ich nun über die Stufen der Demut sprechen will, die der selige Benedikt nicht nur zum Zählen, sondern zum Hinaufsteigen vorlegt, will ich zuvor, soweit ich es vermag, zeigen, wohin man durch sie gelangt; denn wenn man die Frucht des Ankommens vernommen hat,*

drückt die Mühe des Aufstiegs weniger schwer." (De grad. hum. cap. 1, n. 1). Und welches ist diese Frucht, die oben auf dem Gipfel der Leiter wartet, wo der Herr selbst steht? Es ist die Wahrheit – denn Christus selbst sagt von sich: *„Ich bin der Weg und die Wahrheit und das Leben"* (Joh. 14,6). Bernhard deutet dieses Herrenwort meisterhaft: Christus nennt sich „den Weg", weil die Demut der Weg ist, der zur Wahrheit führt – zunächst zur Wahrheit über uns selbst (Selbsterkenntnis), dann zur Wahrheit im Nächsten (Mitleid) und schließlich zur Schau der göttlichen Wahrheit selbst.

Der Weg: Selbsterkenntnis – Mitleid – Gotteserkenntnis

Doch wie vollzieht sich dieser Aufstieg konkret, ohne daß der Mensch dabei in Verzweiflung über die eigene Schwäche oder in stolze Selbstgerechtigkeit verfällt? In den folgenden Kapiteln legt der hl. Bernhard zwei entscheidende Schutzwehren gegen jedes Mißverständnis der Demut dar:

Erstens bewahrt uns echte Selbsterkenntnis vor jeder Härte gegenüber anderen. Wer auf der ersten Stufe der Wahrheit seine eigene Armseligkeit ungeschminkt vor Gott erkennt, verliert den Hochmut des Richtens und gewinnt stattdessen ein mitfühlendes Herz für die Schwächen des Bruders. Bernhard verweist hier auf Christus selbst, der menschliches Elend nicht aus bloßer Allwissenheit kannte, sondern es durch sein Leiden am eigenen Leib erfahren wollte, um mit uns Mitleid haben zu können (vgl. Hebr. 4,15). Auf uns übertragen heißt das: *„Du wirst niemals wahres Mitleid empfinden, wenn du nicht zuvor deine eigene Armseligkeit erkannt hast. Denn wie solltest du das Elend eines anderen tief im Herzen spüren, wenn du dein eigenes nicht kennst?"* (De grad. hum. cap. 3, n. 6). So schlägt die Demut unmittelbar die Brücke zur Nächstenliebe: Gerade weil der Demütige seine eigene Gebrechlichkeit kennt, ist er in der Lage, aus Mitgefühl die Fehler des Nächsten mit Sanftmut zu tragen.

Zweitens stellt der hl. Bernhard unmißverständlich klar, daß niemand die zwölf Sprossen dieser Leiter aus bloßer eigener Willenskraft emporklettert. Die Betrachtung so vieler Stufen könnte leicht entmutigen oder zu einem krampfhaften geistlichen Leistungsdenken verführen. Doch wie der Apostel Paulus nicht aus eigener Kraft in den dritten Himmel emporstieg, sondern *„entrückt wurde"* (2. Kor. 12,2), so ist auch der Aufstieg der Demut letztlich ein Werk der Gnade, das vom

Heiligen Geist im Herzen gewirkt wird. Der Mensch räumt durch seine Demütigung lediglich die Hindernisse aus dem Weg, damit Gott ihn hinaufziehen kann. Bernhard faßt dieses Geheimnis in ein tröstliches Bild: *„Niemand soll glauben, er könne aus eigener Kraft bis zur Wahrheit hinaufsteigen, wenn ihn nicht die Wahrheit selbst durch ihre Gnade an sich zieht. Unsere Sache ist es, uns durch Demut hinabzubeugen; Sache Gottes aber ist es, den Gedemütigten zu erheben.“* (vgl. De grad. hum. cap. 7, n. 20–21).

Auf- und Abstieg auf derselben Leiter

Doch warum beschreibt der hl. Bernhard im weiteren Verlauf nicht den Aufstieg der Demut, sondern den Abstieg des Hochmuts? Auch dafür liefert ihm die Jakobsleiter den Schlüssel. Auf ihr stiegen die Engel nicht nur hinauf, sondern auch hinab. Es ist ein und dieselbe Leiter, auf der sich die Dramatik des geistlichen Lebens entscheidet: Wer nicht Sprosse um Sprosse durch die Demut zur Wahrheit aufsteigt, beginnt auf genau denselben Stufen durch den Hochmut abzustürzen. Im neunten Kapitel, an der Schwelle zum zweiten Teil seines Werkes, wendet sich Bernhard mit entwaffnender Ehrlichkeit an seinen Mitbruder Gottfried und erklärt diese Umkehrung: *„Ich konnte nichts anderes lehren, als was ich selbst gelernt habe. Ich hielt es nicht für angemessen, den Aufstieg zu beschreiben, da ich mich besser auf das Hinabsteigen als auf das Hinaufsteigen verstehe. Mag dir der selige Benedikt die Stufen der Demut vorlegen, die er zuvor in seinem eigenen Herzen geordnet hat; ich habe nichts anderes vorzulegen als die Ordnung meines eigenen Abstiegs. Wenn man diese jedoch sorgfältig betrachtet, findet man darin vielleicht den Weg des Aufstiegs wieder.“* (De grad. hum. cap. 9, n. 27).

Wer also beim Hinabsteigen die Sprossen zählt, auf denen der Hochmut die Seele zu Fall bringt, erkennt im Spiegelbild exakt jene Stufen, über die er durch Reue und Demut wieder zur Wahrheit emporklettern muß.

Unser Aufstieg im Spiegelbild

Da wir den Weg der Demut konsequent von innen nach außen nachzeichnen wollen, folgen wir im Weiteren der Anordnung des hl. Benedikt: Er beleuchtet zunächst die inneren Akte der Demut (1. bis 7. Stufe) und wendet sich erst danach den äußeren Taten zu (8. bis 12. Stufe). Weil der hl. Bernhard jedoch den Abstieg des Stolzes von oben nach unten (also von den äußeren Symptomen bis in die tiefste innere Ver-

härtung) beschreibt, lesen wir sein Werk parallel dazu von hinten nach vorn: Wenn wir mit dem hl. Benedikt auf der ersten Stufe der Demut (der Gottesfurcht) beginnen, blicken wir zugleich auf Bernhards zwölfte und tiefste Stufe des Stolzes (die Gewohnheit zu sündigen) – und steigen so von der zwölften Stufe des Stolzes hinauf bis zur sechsten, bevor wir uns den äußeren Akten zuwenden.
Zu beachten ist schließlich, daß diese Darlegungen ursprünglich für Mönche im Verband einer klösterlichen Ordnung gegeben wurden, also nicht eins zu eins von uns übernommen werden können, die wir außerhalb des Klosters als „Menschen in der Welt" leben. Nichtsdestotrotz gilt das Ordensleben nicht umsonst als „direktester Weg zur Vollkommenheit", weshalb die Demut in den einzelnen Stufen hier umso schärfer hervortritt und von uns so gut wir nur können nachgeahmt werden muß – jeder an dem Ort, wohin ihn Gottes Vorsehung in seinem jeweiligen Stand berufen hat.

Die innere Übung der Demut

So wenden wir uns also den einzelnen Stufen gemäß unserem Plan von innen nach außen fortschreitend zu. Zu den inneren Akten der Demut rechnet der hl. Benedikt:

1. Stufe der Demut: Die Gottesfurcht

Der Anfang aller Weisheit ist die Furcht des Herrn" (Ps. 110,10), heißt es im 110. Psalm. So ist auch die Gottesfurcht die Wurzel der Demut, die uns von Olier schon zuvor ausführlicher vor Augen geführt wurde. Sie hält dem Demütigen stets Gott vor Augen und treibt ihn innerlich zum Halten der Gebote an. Der hl. Benedikt skizziert sie so: *„Die erste Stufe der Demut: Der Mensch achtet stets auf die Gottesfurcht und hüte sich, Gott je zu vergessen. Stets denkt er an alles, was Gott geboten hat, und erwäge immer bei sich, wie das Feuer der Hölle der Sünde wegen jenen 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, die im Denken, Reden, Tun und Wandel durch Eigenwillen, aber auch durch Begierden des Fleisches geschehen. Daß aber Gottes Wille in uns geschehe, darum bitten wir Ihn im Gebet. Mit Recht werden wir also belehrt, nicht unseren Willen zu tun, sondern zu beachten, was die Schrift sagt: ‚Es gibt Wege, die den Menschen richtig scheinen, die aber am Ende in die Tiefe der Hölle hinabführen.' (Spr. 16,25)."* (RB 7,10–21).

a) Leben in der Gegenwart Gottes

Betrachten wir diese dichten Worte des hl. Benedikt etwas genauer, so erkennen wir darin vier konkrete Vollzüge der wahren Gottesfurcht: Zuerst fordert sie die heilige Wachsamkeit vor der Gottvergessenheit. Wer sich demütigt, lebt bewußt im Angesicht des allgegenwärtigen Gottes – nicht nur im Gebet, sondern ebenso bei der Arbeit, im Gespräch und im Verborgenen. Zweitens schenkt sie uns einen nüchternen Blick auf die Ewigkeit und eine heilsame Furcht vor der Hölle, die den Demütigen nie den Ernst seines Lebens vergessen läßt. Unser irdisches Tun ist kein unverbindliches Spiel, sondern hat ewiges Gewicht. Drittens schärft die *„Furcht des Herrn“* das Gewissen bis in die feinsten Regungen: Der Gottesfürchtige wartet nicht, bis die Sünde in inneren Akten oder gar in äußeren Taten ausbricht, sondern bekämpft sie schon im Stadium der Versuchung bzw. noch früher an der Wurzel – indem er seinen Hauptfehler niederringt und seinen Geist wie sein Fleisch durch eine ernsthafte christliche Askese, die auch über die Fastenzeit und die kirchlich verordneten Bußtage hinausreicht, in Botmäßigkeit hält, wie der Völkerapostel sagt: *„Ich laufe demnach, nicht wie ins Ungewisse. Ich kämpfe, nicht indem ich Luftstreiche ausführe, sondern ich züchtige meinen Leib und bringe ihn in die Botmäßigkeit, damit ich nicht etwa, nachdem ich anderen gepredigt habe, selbst verworfen werde.“* (1. Kor. 9,26 f.). Wie schön leuchtet aus diesen Worten der bereits von großer Gottesliebe entfachten Seele des hl. Paulus die nie gänzlich verschwindende *„Furcht des Herrn“* hervor. Viertens schließlich – und darin liegt die schärfste Spitze – führt die Gottesfurcht zur Absage an den eigenen Willen: Unsere gefährlichste Selbsttäuschung besteht darin, daß uns unsere eigenen Wünsche und Urteile oft völlig vernünftig, ja fromm erscheinen, obwohl sie in Wahrheit von Gott wegführen, weshalb der hl. Benedikt mit dem Sprichwort König Salomons mahnt: *„Es gibt Wege, die den Menschen richtig scheinen, die aber am Ende in die Tiefe der Hölle hinabführen.“* (Spr. 16,25). Darum betet der Demütige im Vaterunser nicht nur mit den Lippen, sondern mit dem ganzen Herzen: *„Dein Wille geschehe!“*

Auch der hl. Bernhard von Clairvaux bestätigt gleich zu Beginn seiner Abhandlung diese grundlegende Bedeutung der Gottesfurcht für den gesamten Aufstieg der Seele. Für ihn ist die *„Furcht des Herrn“* der notwendige Stachel, der den Menschen überhaupt erst aus seiner geistigen Trägheit weckt und zur ehrlichen Selbsterkenntnis zwingt. Solange

die Seele Gott nicht fürchtet, beschönigt sie ihre Fehler und weicht der Wahrheit über sich selbst aus; erst wenn sie in heiliger Ehrfurcht vor das Angesicht des allwissenden Richters tritt, fällt die Maske der Selbsttäuschung. Darum stellt Bernhard gleich nach seiner berühmten Definition der Demut die Frage nach dem Anfang dieses Weges und beantwortet sie mit dem Psalmwort: *„Wie aber gelangt man zu dieser Demut? Gewiß durch die Furcht des Herrn. Denn ‚der Anfang der Weisheit ist die Furcht des Herrn' (Ps. 110,10)… Die Furcht also führt zur Demut, die Demut zur Liebe, die Liebe aber führt hin zur Wahrheit."* (De grad. hum. cap. 1, n. 2).



Die Gottesfurcht trieb Job zu einer solch reinen Liebe zu Gott an, daß er aus Furcht er selbst oder seine Kinder könnten Gott beleidigt haben regelmäßig Sühnopfer darbrachte (vgl. Job 1,5).

So bildet die Gottesfurcht das unverzichtbare Eingangstor der gesamten Himmelsleiter: Sie erschüttert den Stolz, öffnet die Augen für das eigene Elend und bereitet damit den Boden für die übernatürliche Gottes- und Nächstenliebe. Gewiß weicht diese *„Furcht des Herrn"* in dem Maß, in welchem die Seele im geistlichen Leben fortschreitet, nach und nach der Liebe als der hauptsächlichsten Triebfeder unseres Handelns, wobei in Wirklichkeit jedoch nur die Liebe immer glühender wird. Zu Beginn ist nämlich die Liebe zu Gott noch schwach und kalt. Der Dienst an Seinen Geboten ist mehr ein „Müssen" statt ein „Dürfen", und entsprechend dominiert die Furcht des Herrn als Angst vor Strafe. Je mehr die Liebe jedoch auf den folgenden Stufen zum Glühen kommt, umso mehr wandelt sie die Angst vor Strafe in die Furcht, den höchst liebenswerten Gott zu beleidigen, und in die Traurigkeit, Ihm nicht so zu dienen bzw. so vollkommen dienen zu können, wie Er es eigentlich verdient. Niemals darf und wird jedoch die *„Furcht des Herrn"* ganz verschwinden. Die Gottesfurcht ist eine Waffe, die wir stets in unserem Arsenal in Bereitschaft halten müssen für die Stunde des Kampfes. Aus der Wurzel der Gottesfurcht leitet der hl. Benedikt alle anderen Stufen

der Demut ab, weshalb seine Lehre im Grund in nichts anderem besteht, als seinen Söhnen die wahre Gottesfurcht zu lehren, gemäß dem Psalmvers, den er sich zu eigen macht: *„Kommet, meine Kinder, die Furcht des Herrn will ich euch lehren."* (Ps. 33,12).

b) Das Erlöschen der Gottesfurcht

Dieser ersten Stufe der Demut steht die zwölfte Stufe des Stolzes entgegen, die der hl. Bernhard mit den Worten *„Die Gewöhnung an das Sündigen"* überschrieben hat (De grad. hum. cap. 21, n. 51). Während die Demut damit beginnt, Gott in heiliger Ehrfurcht stets vor Augen zu haben, endet der Abstieg des Hochmuts damit, daß eben diese Gottesfurcht im Herzen völlig erlischt. Hatte auf der vorhergehenden Stufe immerhin noch ein letzter Rest von Scheu vor Gott die Seele zurückgehalten, so schwindet nun auch diese Schranke: *„Kommt der Gottlose in die Tiefe, so achtet er es gering."* (Spr. 18,3; zitiert in De grad. hum. cap. 21, n. 51).

Die sündhafte Begierlichkeit nimmt an Lebenskraft zu in dem Maß, als die wahre Selbsterkenntnis schwindet und die Vernunft eingeschläfert wird. Die daraus erwachsende Gewohnheit zu sündigen wird zum Zwang, zur zweiten Natur des Stolzen, ohne daß er es gewahrt. Der Stolze vergißt auf Gott und Sein Gebot und erliegt der Täuschung, weil auf seine ersten verwerflichen Taten noch keine Strafe folgt. Mit dem Psalmisten legt der hl. Bernhard ihm die verhängnisvolle Selbsttäuschung ins Herz: *„Gott hat es vergessen, Er hat Sein Angesicht abgewandt, Er wird es niemals sehen."* (Ps. 9,34; zitiert in De grad. hum. cap. 21, n. 51). So verstrickt er sich immer tiefer in das Laster: Aus den Fäden werden Bänder, aus den Bändern Stricke, aus den Stricken Ketten der Gewohnheit. *„Er sieht unterschiedslos alles, was ihn gelüstet, als erlaubt an, und sein Geist wie seine Glieder geben sich hemmungslos dem Unerlaubten hin."* (vgl. De grad. hum. cap. 21, n. 51).

Mitten im Alltag der Welt zeigt sich dieser schleichende Verlust der Gottesfurcht oft ganz unscheinbar: Wo das Gewissen anfangs noch bei einer kleinen Unehrlichkeit im Beruf, bei lieblosem Gerede oder beim Nachgeben gegenüber unreinen Gedanken unruhig schlug, beruhigt man sich selbst mit der Ausrede, es sei ja nichts geschehen und alle handelten ebenso. Mit der Zeit verstummt die innere Warnstimme ganz. Von den Begierden der Augenlust, der Fleischeslust oder der Geltungssucht getrieben (vgl. 1. Joh. 2,16), trinkt der Stolze schließlich mit

scheinbar bestem Gewissen und ohne merkliche Skrupel die Sünde in sich hinein wie der Durstige das Wasser (vgl. Hiob 15,16; De grad. hum. cap. 21, n. 51).

Der Reue, der Beichte und der Buße glaubt er wie *„die 99 Gerechten“* im Gleichnis des Herrn nicht zu bedürfen (vgl. Lk. 15,7). Er fürchtet den Herrn nicht. Wenn der Stolze an Gott glaubt, dann wähnt er sich bestens oder doch hinreichend auf das kommende Gericht Gottes am Ende seines Lebens vorbereitet zu sein und das Gericht der Barmherzigkeit im Beichtstuhl nicht nötig zu haben. Er meint, seine Akte der Reue, die er fälschlich für sündentilgende „Akte der Liebesreue“ hält, wären vollkommen hinreichend, um mit reinem Gewissen vor seinen Richter zu treten.

Am Ende macht der ausgewachsene Stolz jedoch so blind, daß der so von diesem Laster beherrschte Mensch jede *„Furcht des Herrn“* und damit jeden Hauch beginnender Weisheit (Ps. 110,10) gänzlich abstreift und die Existenz Gottes leugnet. Früher oder später wird er wie der Tor (lat. *„insipiens“*, d. h. der „Nicht-Weise“, der folglich auch keine Gottesfurcht besitzt, die ja den Anfang der Weisheit markiert) behaupten: *„Es gibt keinen Gott“* (Ps. 13,1). Es gäbe kein Gericht zu fürchten, warum solle er sich durch irgendein Gebot einschränken lassen? Ja, die Verblendung kann sich sogar soweit steigern, daß sie sich in wahrem Gotteshaß äußert. Der Stolze meint damit ein gutes Werk zu tun, indem er die Gesetze Gottes niederreißt und die Gottesfurcht zum Erlöschen bringt – nicht nur in sich selbst, sondern auch im Denken und Tun der anderen Menschen, im gesellschaftlichen Leben bis in die Gesetzgebung hinein. Wie Christus sagt, wird ein solcher Mensch in seiner stolzen Verblendung sogar *„meinen“* – durch sein sündhaftes Treiben – *„Gott einen Dienst zu erweisen.“* (Joh. 16,2). Nicht dem wahren Gott freilich, sondern dem Götzen, den er sich gebastelt hat, letztlich dem Götzen seines Ich, der in seinem Herzen den Schlachtruf Luzifers ausstößt: *„Ich will nicht dienen. Ich selber bin wie Gott.“*

Wie der Demütige alle Stufen der Gottesfurcht erklimmt und den steilen Weg ins Leben nimmt, so eilt der Stolze unbedacht, in geistiger Blindheit, ja Verblendung unerschrocken dem ewigen Tod entgegen. *„Jenem gibt die Wahrheit, diesem die Blindheit Sicherheit“* (De grad. hum. cap. 21, n. 51), schließt der hl. Bernhard. Gott bewahre uns vor dem ausgewachsenen Laster des Stolzes!

2. Stufe der Demut: Die Unterwerfung unter den göttlichen Willen

Wenn der Stolz wesenhaft in der selbstherrlichen Freiheit und Unabhängigkeit besteht, so die Demut in dem Sich-gebunden-Wissen an den Willen des Allerhöchsten. Auf der ersten Stufe hat die Gottesfurcht das Herz wachgerüttelt; nun auf der zweiten Stufe zieht die Seele die praktische Konsequenz daraus: Sie gibt den selbstbestimmten Eigenwillen auf und unterwirft ihr Wollen, Wünschen und Urteilen dem Willen Gottes.

a) Die Hingabe des eigenen Willens an Gott

Der Demütige weiß sich zuallererst zum Gehorsam gegen das göttliche Gebot verpflichtet, und er erkennt, daß er Gott dann am wahrhaftigsten fürchtet und ehrt, wenn er Seinen Willen tut. Als Ausdruck seiner geschöpflichen Abhängigkeit ist ein solcher Gehorsam ein fundamentaler innerer Akt der Demut. Der hl. Benedikt beschreibt diese Stufe so: *„Die zweite Stufe der Demut: Der Mensch liebt nicht den eigenen Willen und hat deshalb keine Freude daran, sein Begehren zu erfüllen. Vielmehr folgt er in seinen Taten dem Wort des Herrn, der sagt: ‚Ich bin nicht gekommen, Meinen Willen zu tun, sondern den Willen dessen, der Mich gesandt hat.‘ (Joh. 6,38). Ebenso steht geschrieben: ‚Eigensinn führt zur Strafe, Bindung erwirbt die Krone.‘“* (RB 7,31–33).

Hier wird sichtbar, wie organisch die zweite Stufe aus der ersten hervorwächst: Wer in der Gottesfurcht die unendliche Majestät Gottes und zugleich die eigene Niedrigkeit und Geschöpflichkeit erkannt hat, zieht daraus die erste praktische Konsequenz – er beugt seinen Willen unter den Willen des Schöpfers. Schon der hl. Bernhard hebt hervor, daß wahre Selbsterkenntnis unmittelbar zur Demütigung vor Gott führt: *„Wer die Wahrheit über sich selbst erkennt, dem wird es leicht, sich unter den allmächtigen Gott zu beugen, weil er sieht, daß er aus sich nichts ist und nichts vermag.“* (vgl. De grad. hum. cap. 2, n. 4; 1. Petr. 5,6). Und mit den Worten des hl. Thomas von Aquin besteht das Wesen der Demut ja gerade darin, *„daß der Mensch sich selbst in seinen Grenzen hält, indem er sich nicht über das erhebt, was über ihm steht, sondern sich seinem Höheren unterwirft.“* (S. th. II-II, q. 161, a. 1, ad 1). In diesem Sinn ist echte Demut im tiefsten Kern „anti-liberal“: Sie versteht den Menschen nicht als ein autonomes, nur sich selbst verpflichtetes Wesen, das sich seine Wahrheit und Moral selbst erschafft, sondern als Geschöpf, das seine Würde und Erfüllung einzig in der liebenden Bindung an das Gesetz seines Schöpfers findet.



Gottes Wille ist Gott selbst! Wenn wir wahre Gottesfurcht besitzen, so geben wir uns aus Ehrfurcht vor Ihm der Erfüllung alles dessen hin, was Er uns befiehlt: *„Glückselig der Mann, der den Herrn fürchtet, der sich herzlich sehnt nach Seinen Geboten.“* (Ps. 111,1). Wir beweisen diese Ehrfurcht vor Gott immer dann, wenn wir Seinen Willen dem unsrigen vorziehen – ja, wenn wir Ihm unseren eigenen Willen als lebendiges Opfer darbringen, nach dem Vorbild des Erlösers am Ölberg: *„Doch nicht Mein Wille, sondern der Deine geschehe!“* (Lk. 22,42). Damit ist freilich keine schwächliche Willenlosigkeit gemeint; vielmehr verzichtet der Demütige auf jenen zum Eigensinn und zum Irdischen hin verkrümmten Eigenwillen, der sich von Gott losreißt und nur um sich selbst kreist. Denn der Eigenwille, der Eigensinn und die Eigenliebe gleichen in vielen Seelen einem Götzenbild, welchem sie unaufhörlich Weihrauch streuen.

Eine demütige Seele hingegen, welche die Oberherrschaft Gottes anerkennt und ihr eigenes Nichts wie ihre Abhängigkeit vom Schöpfer liebend bejaht, will nicht in sich selbst die Triebfeder ihres Lebens und Wirkens finden. Sie sucht nicht stolze Selbstbestimmung, sondern die Geborgenheit im Willen Gottes. Das Bewußtsein, den Willen Gottes zu tun und nicht den eigenen, gibt der demütigen Seele inneren Frieden und eine gesunde Selbstsicherheit. Erst durch diesen inneren Gehorsam werden unsere Gottesfurcht, unsere Gottesliebe und unsere Gottesverehrung glaubwürdig und echt; denn der Herr selbst mahnt: *„Nicht jeder, der zu Mir sagt: Herr, Herr!, wird in das Himmelreich eingehen, sondern wer den Willen Meines Vaters tut, der im Himmel ist.“* (Mt. 7,21). Zudem hebt der hl. Thomas von Aquin hervor, daß der demütige Gehorsam dieser Stufe den Menschen vor ungeordneter Prestigesucht und Rechthaberei in seinen eigenen Gedanken bewahrt: Es geht ihm nicht darum, vor anderen recht zu behalten und das eigene Urteil durchzusetzen, sondern gemäß der Vorgabe Gottes zu denken und zu urteilen – eine Haltung, die sich auf den folgenden Stufen im Gehorsam gegenü-

ber den menschlichen Vorgesetzten konkretisiert (vgl. S. th. II-II, q. 161, a. 6).
Die zweite Stufe der Demut besteht also im *„Gehorsam gegen Gottes Willen“*. Hier haben wir ein wesentliches Merkmal der Demut vor Augen. Die Demut steht in engem Zusammenhang mit dem Gehorsam. Wo der Entschluß zur vollkommenen Selbstverleugnung fehlt und kein Gehorsam – d. h. das Opfer des eigenen Urteils und des Willens – ist, da kann auch die Tugend der Demut als Fundament der Gottesliebe nicht tiefer in die Seele einwurzeln. Wie es beim hl. Benedikt heißt: „Eigensinn führt zur Strafe, Bindung erwirbt die Krone.“

b) Die trügerische Freiheit der Selbstbestimmung
Das negative Gegenstück dazu stellt beim hl. Bernhard die elfte Stufe des Stolzes dar, die er mit *„Freiheit zum Sündigen“* (*Libertas peccandi*) überschreibt (De grad. hum. cap. 20, n. 49).
Die Sünde besteht ihrem allgemeinen Wesen nach in der freiwilligen Übertretung eines göttlichen Gebotes; indem der Mensch seinen eigenen Willen dem Willen Gottes vorzieht, wird er zum Sünder. Auf der zehnten Stufe hat der Stolze bereits den Gehorsam gegenüber jeder geistlichen Autorität und Gemeinschaft abgeschüttelt (Widersetzlichkeit, Auflehnung, Rebellion). Nun wähnt er sich völlig frei und ungebunden, weil kein Oberer und keine Ordnung ihm mehr dreinredet. Mit scharfem Blick beschreibt der hl. Bernhard diesen trügerischen Triumph: *„Nachdem er die Furcht vor den Brüdern* [v. a. den Vorgesetzten] *abgeschüttelt hat, wähnt er sich nun frei, alles zu tun, was ihm gefällt – doch indem er die Fessel der heilsamen Zucht abwirft, legt er sich selbst die Kette der Sünde an.“* (vgl. De grad. hum. cap. 20, n. 49–50).
Der Mensch, der sich auf dieser zweituntersten Stufe des Hochmuts befindet, läßt sein Denken fortan nur noch von menschlichen, rein natürlichen Maßstäben und seinem eigenen Urteil bestimmen. *„Er schlägt von da an Wege ein, die den Menschen gut zu sein scheinen“* (De grad. hum. cap. 20, n. 49; vgl. Spr. 14,12), aber nur insoweit, als sie mit seinen eigenen Vorstellungen übereinstimmen. Er ist noch nicht sein eigener Gott, aber doch sein eigener Meister, sein eigener Herr, sein eigener Papst, Bischof, Kirchenlehrer und Seelenführer. Jedes Wort, jede Anordnung von Vorgesetzten oder Höherstehenden wird von ihm in Zweifel gezogen, kritisiert, zerpflückt und „aus guten Gründen“ für

gegenstandslos erklärt. Der Stolze auf der elften Stufe ist so sehr von seinem eigenen Urteil eingenommen, daß er es nicht nötig hat, Fragen zu stellen, Belehrung anzunehmen oder Ratschläge einzuholen. Er hat die Schwäche des eigenen Verstandes und damit des eigenen Urteils vergessen und vertraut auf sich selbst. Und weil er die Fehlbarkeit und Fehler der anderen – v. a. bei den Vorgesetzten und Höhergestellten! – sieht, meint er, es sei sogar gefährlich, sich ihrer Leitung zu unterwerfen. Er gleicht jenen, von denen der Prophet Isaias sagt: *„Wehe denen, die weise sind in ihren eigenen Augen und klug vor sich selbst!“* (Jes. 5,21).

Dabei zeigt der hl. Bernhard mit feiner psychologischer Beobachtungsgabe, daß der Stolze auf dieser Stufe noch nicht sofort kopfüber in jedes Laster stürzt, weil ihn zunächst noch ein letzter Rest von Gottesfurcht und Scham zurückhält: *„Die Vernunft bringt ihm dies zwar mit leisem Flüstern ins Bewußtsein“*, schreibt Bernhard, *„und so läßt er sich anfangs nicht ohne eigenes Zögern zum Unerlaubten hinreißen. Er schreitet wie jemand, der sich in eine unbekannte Furt vortastet, zwar nicht in schnellem Lauf, aber doch Schritt für Schritt in den Schlund der Laster hinein.“* (vgl. De grad. hum. cap. 20, n. 49–50). Mitten in der Welt begegnet uns diese Haltung überall dort, wo getaufte Christen sich ein „persönliches Gewissensrecht“ gegen die klaren Gebote Gottes und die Lehre der Kirche herausnehmen – nach dem Motto: „Ich entscheide selbst, was für mich richtig oder Sünde ist.“ Schritt für Schritt weichen so die Grenzen auf, bis auch der letzte Rest von Gottesfurcht erlischt und die Seele auf der zwölften Stufe endgültig in die Gewohnheit der Sünde abstürzt.

Damit wird zugleich deutlich, worin sich diese elfte Stufe des Stolzes von der zuvor betrachteten zwölften und tiefsten Stufe unterscheidet: Während auf der zwölften Stufe die Gottesfurcht völlig erloschen und das Gewissen abgestumpft ist, so daß der Mensch sich in blinder Selbstvergötzung über jedes göttliche Gebot hinwegsetzt und die Sünde wie Wasser in sich hineintrinkt, steht der Stolze auf der elften Stufe gewissermaßen an der Schwelle dorthin. Hier geht es noch nicht um die stumpfe Gewohnheit des Lasters, sondern um die stolze „Selbstbefreiung“ von jeder äußeren Bindung und Autorität. Unter dem verführerischen Banner der *„Freiheit“* (*libertas*) will er niemanden mehr über sich dulden, der ihm Vorschriften macht: keinen Gott, keine Kirche,

keinen Papst, keinen Priester, keine Eltern, keinen Staat und kein Gesetz. Er ist „der Liberale“ schlechthin.
Er ahnt nicht, daß diese vermeintliche Befreiung von Gottes Willen in Wahrheit der Beginn der schlimmsten Knechtschaft ist; denn wie der Apostel Petrus von den falschen Freiheitslehrern sagt: *„Sie versprechen ihnen Freiheit, und sind doch selbst Sklaven des Verderbens“* (2. Petr. 2,19; vgl. Joh. 8,34). Wer sich von der heilsamen Bindung an den Willen Gottes losreißt, fällt unweigerlich der Tyrannei seiner eigenen Leidenschaften anheim – und gleitet so früher oder später von der stolzen Selbstbestimmung der elften Stufe in die völlige Verhärtung der zwölften Stufe hinab.

3. Stufe der Demut: Die Unterordnung unter den Willen von Menschen, die Gottes Stelle vertreten

Die Ehrfurcht vor Gott und die Hingabe des eigenen Willens an Ihn (1. und 2. Stufe) blieben leicht eine bloße Einbildung, wenn sie sich nicht an einer konkreten, greifbaren Wirklichkeit bewähren müßten. Darum wird die Ehrfurcht vor Gott im Leben eines jeden Menschen konkretisiert durch die Ehrfurcht vor Seinen menschlichen Stellvertretern. Im Kloster wie in der Seelsorge und in der Familie ist diese Rolle ganz einfach besetzt mit der Person des Abtes, des Seelsorgers bzw. des Vaters; denn das Wort „Abt“ (*Abbas*) bzw. „Pater“ bedeutet nichts anderes als „Vater“.

a) Die Unterwerfung unter die Stellvertreter Gottes – propter Deum!



Deshalb kann der hl. Benedikt die dritte Stufe der Demut ganz kurz und knapp auf den Punkt bringen: *„Die dritte Stufe der Demut: Aus Liebe zu Gott unterwirft sich der Mönch dem Oberen in vollem Gehorsam. So ahmt er den Herrn nach, von dem der Apostel sagt: ‚Er wurde gehorsam bis zum Tod.‘ (Phil. 2,8).“* (RB 7,34).
Zwei Worte in diesem kurzen Satz verdienen unsere besondere Auf-

merksamkeit, weil sie das Wesen des christlichen Gehorsams von jeder knechtischen Unterwürfigkeit unterscheiden: Zuerst das Motiv – „aus Liebe zu Gott“ (*propter Deum*). Der Demütige unterwirft sich nicht aus menschlicher Furcht, aus bequemer Anpassung oder weil der Obere besonders klug, liebenswürdig oder fehlerfrei wäre, sondern einzig aus Liebe zu Gott, dessen Autorität in dem Vorgesetzten aufleuchtet. Sodann das Vorbild – Christus selbst (vgl. Phil. 2,8). Der ewige Sohn Gottes, vor dem alle Engel erzittern und durch den das Weltall erschaffen wurde, hat sich dreißig Jahre lang in der Verborgenheit von Nazareth Seinen eigenen Geschöpfen, Maria und Josef, untergeordnet (vgl. Lk. 2,51). Mehr noch: Am Ende Seines irdischen Lebens beugte Er sich sogar dem ungerechten Urteil eines heidnischen Statthalters und der Grausamkeit der Henker, um in allem den Willen des himmlischen Vaters zu erfüllen.

Wie tief der hl. Benedikt diese Stellvertretung Christi im Oberen verankert sieht, zeigt er gleich zu Beginn seiner Regel, wo er die Stellung des Abtes beschreibt: *„Man glaubt, daß er im Kloster die Stelle Christi vertritt, da er mit Seinem Namen* [wie Gott!] *angerufen wird, wie der Apostel sagt: ‚Ihr habt den Geist der Kindschaft empfangen, in dem wir rufen: Abba, Vater!‘ (Röm. 8,15).“* (RB 2,2–3). Deshalb gilt im geistlichen Leben das Wort des Herrn an Seine Jünger im vollen Ernst: *„Wer euch hört, der hört Mich; und wer euch verwirft, der verwirft Mich.“* (Lk. 10,16).

Während nun der Mönch durch das feierliche Gelübde des Gehorsams sein gesamtes äußeres und inneres Leben unter der Verpflichtung der Sünde in die Hände *eines einzigen* Oberen – des Abtes – legt, sind die Stellvertreter Gottes für den Christen außerhalb des Klosters zahlreicher und je nach Lebensbereich unterschiedlich. Doch auch der Mensch in der Welt muß diesen Gehorsamsgeist des Mönches nachahmen, indem er jedem der ihm Vorgesetzten in dessen jeweiligem Zuständigkeitsbereich die geschuldete Unterordnung entgegenbringt: im Elternhaus den Eltern nach dem vierten Gebot Gottes, am Arbeitsplatz dem Vorgesetzten in allen rechtmäßigen beruflichen Weisungen (vgl. Eph. 6,5–7), im bürgerlichen Leben den rechtmäßigen Gesetzen und Obrigkeiten (vgl. Röm. 13,1), im kirchlichen Leben dem Papst und dem Bischof in Fragen des Glaubens, der Sitten und der kirchlichen Ordnung sowie im eigenen Innenleben dem Beichtvater oder Seelenführer – bis hin zur Achtung vor dem schlichten Haus- und Gastrecht.

Freilich besteht hier ein wesentlicher Unterschied zum klösterlichen Gelübde, den der hl. Thomas von Aquin in seiner Untersuchung über die Tugend des Gehorsams klar herausarbeitet: Während Gott selbst in *allem* und schrankenlos zu gehorchen ist, reicht die Autorität eines jeden menschlichen Vorgesetzten immer nur so weit, wie sein jeweiliger Zuständigkeitsbereich sich erstreckt (vgl. S. th. II-II, q. 104, a. 5). Der Arbeitgeber hat keine Befehlsgewalt über das Gewissen oder das Gebetsleben seines Angestellten, der Staat hat keine Vollmacht über die Lehre und Sakramente der Kirche, und kein menschlicher Oberer darf jemals etwas anordnen, was gegen das Gesetz Gottes verstößt – denn hier gilt für alle Zeiten das unerschütterliche Apostelwort: *„Man muß Gott mehr gehorchen als den Menschen."* (Apg. 5,29). Innerhalb seiner rechtmäßigen Grenzen aber ist jeder Vorgesetzte ein wahrer Träger göttlicher (wenn auch vielleicht nicht amtlicher) Autorität.

Für die Erlangung dieser dritten Stufe der Demut ist die Betätigung des übernatürlichen Glaubens unerläßlich. Es gehören viel mehr Glaubensgeist und eine tiefere Ehrfurcht vor Gott dazu, um Ihn in einem fehlerbeladenen und schwachen Menschen zu sehen, der Seine Stelle einnimmt. Wer nur dann gehorcht, wenn die Anordnung des Vorgesetzten seinem eigenen Verstand einleuchtet oder wenn der Vorgesetzte durch menschliche Vollkommenheit glänzt, der gehorcht in Wahrheit nicht Gott, sondern nur seiner eigenen Einsicht oder seiner Sympathie für einen Menschen. Die eigentliche Echtheitsprobe unserer Gottesliebe beginnt erst dort, wo wir uns einem fehlbaren Menschen um Gottes willen unterordnen, obwohl wir es selbst vielleicht anders oder vermeintlich besser machen würden. Denn wie der Apostel Johannes mahnt, täuscht sich selbst, wer behauptet, den unsichtbaren Gott zu lieben und Ihm zu gehorchen, während er sich dem sichtbaren Nächsten und der von Gott gesetzten Ordnung entzieht (vgl. 1. Joh. 4,20).

Darum betont der hl. Bernhard von Clairvaux in seiner Schrift über das Gebot und die Dispens ausdrücklich, daß die menschliche Schwäche des Vorgesetzten den Wert des Gehorsams nicht mindert, sondern adelt: *„Nicht dem Menschen gehorchst du, sondern Gott, wenn du dem Oberen um Gottes willen gehorchst; denn auch wenn der Obere als Mensch fehlt, bleibt das Gebot Gottes doch heilig."* (vgl. De praecepto et dispensatione, cap. 9, n. 20). Und an anderer Stelle fügt Bernhard den tröstlichen Gedanken hinzu, daß ein Untergebener, der sich in guter Absicht und ohne Sünde einer unvollkommenen Weisung seines Obe-

ren beugt, vor Gott niemals Schaden leidet, weil Gott nicht den Irrtum des Oberen, sondern die Demut des Gehorchenden belohnt (vgl. De praecepto et dispensatione, cap. 12, n. 29). Ganz auf derselben Linie erklärt der hl. Thomas von Aquin: *„Die Demut, insofern sie eine eigene Tugend ist, betrifft vor allem die Unterwerfung des Menschen Gott gegenüber, um dessentwillen ein Mensch sich dann aber auch verdemütigend anderen Menschen unterwirft."* (S. th. II-II, q. 161, a. 1, ad 5). Und in seiner Abhandlung über den Gehorsam unterstreicht der Aquinate, daß gerade die Unterordnung unter einen Menschen um Gottes willen ein größeres Opfer des eigenen Willens verlangt und deshalb ein besonders sicheres Zeichen wahrer Demut ist (vgl. S. th. II-II, q. 104, a. 1).

Nach einem schönen Ausspruch der seligen Angela von Foligno liest die Seele auf dieser Stufe der Demut *„den Namen Gottes auf dem Antlitz des Menschen"*, der Ihn darstellt. Daher spricht diese Seele, indem sie sich ihm unterwirft und ihm aus Liebe zu Gott folgt: *„Du bist so erhaben und ich selbst bin so gering vor Dir, daß ich aus Ehrfurcht und Liebe zu Dir mein Leben lang einem Menschen gehorchen will, der zwar schwach ist wie ich, der aber Deine Stelle vertritt."* Der Demütige achtet sich also der direkten Leitung Gottes für unwert und nimmt daher dankbar die Leitung durch einen fehlbaren Menschen an, der zu unserem Wohl aufgestellt ist. Mögen Eltern, Arbeitgeber, Seelsorger, Lehrer und Erzieher sich ihrer Verantwortung und Pflicht stets bewußt bleiben, den Seelen, die sich ihnen in dieser demütigen und gottwohlgefälligen Weise unterwerfen, in ihrem jeweiligen Bereich ein würdiger Stellvertreter Gottes zu sein, die ihre Untergebenen stets in Übereinstimmung mit dem göttlichen Willen zu leiten versuchen.

Damit dieser übernatürliche Blick des Glaubens jedoch rein und ungetrübt bleibt, bedarf es einer Tugend, die in unserer distanzlosen Zeit fast völlig in Vergessenheit geraten ist: einer gesunden, ehrfürchtigen Distanz gegenüber dem Vorgesetzten. Das Übel der Distanzlosigkeit unterminiert den Respekt an der Wurzel. Denn wer seinem Vorgesetzten allzu nahe tritt und die gebührende Grenze zwischen Stellung und Privatperson verwischt, verliert unweigerlich den übernatürlichen Blick des Glaubens und betrachtet ihn nur noch mit rein natürlichen Augen – *„nach dem Fleische"*, wie der Apostel Paulus sagt (2. Kor. 5,16).

Dieser rein natürliche, distanzlose Blick auf den Vorgesetzten führt fast immer in eines von zwei gefährlichen Extremen: Entweder sieht der

Untergebene im Höhergestellten nur noch den fehlerbeladenen, schwachen Menschen mit seinen Eigenheiten und Launen – und beginnt sogleich, ihn innerlich zu kritisieren, ihm zu mißtrauen, seine Entscheidungen zu zerpflücken und sich ihm zu widersetzen. Oder aber er verfällt ins Gegenteil und sucht im Vorgesetzten rein menschlich bloß den „vertrauten Freund". Eine solche falsche Vertraulichkeit artet leicht in einen ungesunden „Personenkult" aus, bei dem man dem Vorgesetzten bildlich gesprochen fast schon „auf dem Schoß" sitzt oder sich so einseitig an die persönlichen Ansichten, Vorlieben und Urteile dieses einen Menschen klammert, daß man anderslautende berechtigte Sichtweisen oder die Weisungen eines späteren Nachfolgers mit einem anderen Führungsstil schroff ablehnt. Die Fixierung auf bestimmte Menschen ist nie das Kennzeichen wahrer Gottesfreundschaft, sondern im Gegenteil ein Beweis für die innere Anhänglichkeit, ja Abhängigkeit, woraus Gefallsucht wie Kritiksucht gleichermaßen sich speisen. Schon der hl. Paulus mußte die Korinther vor genau dieser fleischlichen Fixierung auf einzelne menschliche Leiter warnen: *„Wenn der eine sagt: Ich gehöre zu Paulus!, der andere aber: Ich zu Apollos! – seid ihr da nicht bloß natürliche Menschen? Was ist denn Apollos, was ist Paulus? Diener sind sie, durch die ihr zum Glauben gekommen seid."* (1. Kor. 3,4–5). Und der hl. Thomas von Aquin erinnert uns in seiner Tugendlehre daran, daß wir einem Vorgesetzten die gebührende Ehrerbietung (*observantia*) nicht wegen seiner privaten Liebenswürdigkeit schulden, sondern allein wegen seiner Stellung, in der er Gott vertritt (vgl. S. th. II-II, q. 102, a. 1–2). Auch der hl. Benedikt schärft in seiner Regel eine klare, ehrfürchtige Umgangsordnung zwischen Jüngeren, Älteren und dem Abt ein, damit der Geist der Ehrfurcht nicht durch falsche Kameraderie verflacht (vgl. RB 63,10–17). Eine gesunde, respektvolle Distanz ist daher kein Zeichen von Kälte oder Mißtrauen, sondern die notwendige Schutzmauer der Demut: Sie hilft dem Untergebenen, hinter dem menschlichen Werkzeug stets den Auftrag Gottes zu ehren – und bewahrt ihn davor, sein Herz an einen Menschen statt an Gott zu hängen.

b) Das Gegenbild: Die innere Auflehnung und Kritiksucht

Das dunkle Gegenstück zur Unterwerfung unter die Stellvertreter Gottes ist beim hl. Bernhard die zehnte Stufe des Stolzes: *„Die Auflehnung" – „Rebellio"* (De grad. hum. cap. 19, n. 48). Da wir uns hier noch bei den inneren Akten der Seele befinden, dürfen wir dabei noch

nicht allein an äußere Taten des offenen Aufruhrs denken, mit denen der Mensch sich für gewöhnlich der Leitung anderer zu entziehen strebt, sondern vor allem an deren verborgenem inneren Ursprung: die dauernde Kritiksucht, das heimliche Murren und die innere Widersetzlichkeit des Herzens.

Im neunzehnten Kapitel seiner Abhandlung zeichnet der hl. Bernhard mit unbestechlicher Schärfe nach, wie sich diese innere Verhärtung im Menschen ausbreitet, wenn seine Selbstrechtfertigung und Heuchelei durchschaut werden: *„Wenn er sieht, daß seine Heuchelei durchschaut ist und er der Beschämung nicht mehr entgehen kann, bricht seine Bosheit offen hervor: Was er zuvor aus Scham verbarg, verteidigt er nun mit frecher Stirn. Wenn sich Gott eines solchen Menschen nicht in Seiner Liebe erbarmt, so daß er – was solchen Menschen sehr schwerfällt – sich schweigend dem Urteil anderer unterwirft, bekommt er sehr bald einen frechen Sinn und wird unverschämt, lehnt sich auf und verachtet in offenem Ungehorsam seinen Meister und die Gemeinschaft der Brüder.“* (vgl. De grad. hum. cap. 19, n. 48).

In der Pubertät mag man aus jugendlichem Starrsinn vorübergehend zu dieser Haltung herabsinken; doch wehe denen, die ihr Leben lang in den rebellischen Flegeljahren gefangen bleiben, in Gedanken jede Entscheidung anderer in Frage stellen, alles kritisieren, nichts ertragen wollen und stets darauf bedacht sind, daß alles nur nach ihrem eigenen Kopf geschieht! Mitten im Alltag der Welt begegnet uns diese innere Rebellion überall dort, wo Vorgesetzte, Eltern oder auch Priester hinter ihrem Rücken beständig zerredet und verächtlich gemacht werden, wo man sich im Geist über jede Weisung erhebt und nur noch dort mitmacht, wo es den eigenen Vorstellungen schmeichelt. Die Heilige Schrift fällt über diese Gesinnung des inneren Aufruhrs ein vernichtendes Urteil, als Samuel den eigensinnigen König Saul zurechtweist: *„Denn Ungehorsam ist wie die Sünde der Zauberei, und Widerspenstigkeit ist wie Abgötterei und Götzendienst.“* (1. Sam. 15,23). Warum vergleicht die Schrift den Ungehorsam mit Götzendienst? Weil der Widerspenstige an die Stelle des von Gott gesetzten Oberen seinen eigenen Willen als obersten Richter setzt und so sich selbst anbetet.

Wie untrennbar die ersten drei Stufen der Demut miteinander verbunden sind, zeigt der hl. Bernhard genau an dieser Stelle seines Werkes: Die dritte Stufe der Demut bildet nämlich die Grundvoraussetzung, um ein Leben im Ordensstand (dem Stand der Vollkommenheit!) überhaupt

erst beginnen zu können. Denn wer ins Kloster eintritt, beginnt seinen Weg genau damit, daß er sich dem Abt und der Regel unterwirft. Bernhard zieht daraus eine messerscharfe Schlußfolgerung: *„Wenn man also mit dieser Unterwerfung die dritte Stufe* [der Demut] *besteigt – und das tut man ja, wenn man als Novize ganz am Anfang in die klösterliche Gemeinschaft aufgenommen wird –, dann folgt daraus, daß die beiden ersten Stufen bereits als bestiegen vorausgesetzt werden. Und schließlich umgekehrt: Wenn ein Mönch die Eintracht der Brüder und die Weisung des Lehrers verachtet, was tut er dann noch im Kloster? Er gibt ja nur noch Ärgernis.“* (De grad. hum. cap. 19, n. 48).

Verallgemeinert ist nach den Worten des hl. Bernhard ein frommes, gottgeweihtes, aber gänzlich selbstbestimmtes Leben ohne die tatsächliche Unterwerfung unter die menschlichen Stellvertreter Gottes eine fromme Illusion. Niemand kann die erste Stufe (Gottesfurcht) und die zweite Stufe (Hingabe des eigenen Willens an Gott) für sich beanspruchen, solange er auf der dritten Stufe den Gehorsam gegenüber den Menschen verweigert, die Gott ihm vorangestellt hat. Gott hat den Weg zum Heil für den Menschen so eingerichtet, daß er stets auf die Leitung und Hilfe anderer angewiesen ist – und gerade darin bricht Er den heimlichen Stolz unseres Herzens.

(Fortsetzung folgt ...)

Zum Jahresende sagen wir allen Wohltätern und Unterstützern unseres Vereins – sei es materiell oder geistig – ein ewiges Vergelt's Gott! Seien Sie unserer tiefen Dankbarkeit und fortwährenden Gebetsverbundenheit versichert: Jeden Sonntag wird die Frühmesse in Ihren persönlichen Anliegen aufgeopfert!

Wenn Sie uns unterstützen möchten:

Spendenquittungen können erbeten werden unter der Adresse
Sankt Thomas von Aquin e.V.
Obere-Kehlstr. 16; 88214 Ravensburg-Obereschach
oder per Mail: verein@thomasvonaquin.org



Sankt Thomas von Aquin e.V.
IBAN: DE88 6505 0110 0101 1109 09
BIC: SOLADES1RVB
Verwendungszweck: Kapelle Heimerdingen bzw. Kapelle Wigratzbad

Allen Wohltätern ein herzliches Vergelt's Gott!

Gottesdienstzeiten – Wigratzbad

20.	**Dez.**	**4. Sonntag im Advent** – *„Rorate“* 7.30 Uhr **Hl. Messe** 9.30 Uhr **Hl. Messe**	**semiduplex II. class.**
27.	**Dez.**	**Hl. Apostel u. Evangelist Johannes** **mit einfacher Oktav** – Ged. der Oktav von Weihnachten 7.30 Uhr **Hl. Messe** 9.30 Uhr **Hl. Messe** ***Segnung der Kinder & Weihe des Johannes-Weines***	**duplex II. class.**
17.	**Jan.**	**2. Sonntag nach Epiphanie** – Ged. des hl. Antonius, Abt (duplex) 7.30 Uhr **Hl. Messe** 9.30 Uhr **Hl. Messe**	**semiduplex**
21.	**Feb.**	**2. Sonntag in der Fastenzeit** – *„Reminiscere“* 7.30 Uhr **Hl. Messe** 9.30 Uhr **Hl. Messe**	**semidpl. I. class.**

Termine & Hinweise



Beichtgelegenheit:
Jeweils ca. 40 Minuten vor den hll. Messen.

Hl. Messe f. Freunde & Wohltäter:
Jeweils sonntags, um 7.30 Uhr.

Glaubensbildung & Katholische Warte:
Die Vereins-Homepage www.thomasvonaquin.org bietet verschiedene Rubriken, u. a. Beiträge zur Orientierung im aktuellen kirchlichen Geschehen oder den sonntäglichen Predigtunterricht zum Nachlesen.
Ferner ist der Zugang zum Blog zelozelavi.net, auf dem eingehendere Studien zu kontroversen Themen eingestellt werden, unter der E-Mail kontakt@zelozelavi.net beantragbar.

Allgemeine Hinweise: siehe S. 5 f.

**„O selige Demut, die den Gott der Herrlichkeit zu den Menschen herabgezogen hat!
Maria hat Christus zuerst im Herzen durch die Demut empfangen, bevor sie Ihn im Leibe empfing.“**

– hl. Augustinus –