

Anselm Grün

Einfach nur Glück

Inspirationen für ein gutes Leben

PATTLOCH

Besuchen Sie uns im Internet:
www.pattloch.de



© 2012 Pattloch Verlag GmbH & Co. KG, München
Alle Rechte vorbehalten. Das Werk darf – auch teilweise –
nur mit Genehmigung des Verlags wiedergegeben werden.

Redaktion: Franz Leipold, Violau

Umschlaggestaltung: ZERO Werbeagentur, München

Umschlagabbildung: picture alliance / © Frank May

Satz: Adobe InDesign im Verlag

Druck und Bindung: C. H. Beck, Nördlingen

Printed in Germany

ISBN 978-3-629-13015-0

2 4 5 3 1

Inhalt

<i>Vorwort: Was ist Glück?</i>	9
<i>Glaube – sich in der Welt willkommen fühlen</i>	18
Glaube als Vertrauen	20
Glauben – das Gute sehen	23
Glauben als Umdeuten	26
Glauben als Feststehen	28
Neue Lebensqualität im Glauben –	
der Evangelist Johannes	29
Glaube, der heilt	31
Glaube, der Berge versetzt	33
Der Glaube Abrahams	34
Der Glaube Jesu	36
Der Glaube Marias	40
<i>Hoffnung – die Kraft zu leben</i>	43
Hoffnung als Tugend	44
Philosophie der Hoffnung bei Gabriel Marcel	47
Der Hymnus auf die Hoffnung bei Péguy	49
Rechenschaft ablegen über die Hoffnung,	
die uns erfüllt (<i>1 Petr 3,15</i>)	51
Der Anker der Hoffnung (Hebräerbrief)	54
Hoffnung bewirkt Geduld	56
Der Grund unserer Hoffnung:	
die Auferstehung Jesu	58
Der Gott der Hoffnung	60
Die selige Erfüllung unserer Hoffnung (<i>Tit 2,13</i>)	62
»Erhebt eure Häupter;	
denn eure Erlösung ist nahe« (<i>Lk 21,28</i>)	64

<i>Liebe – die höchste Tugend</i>	67
Sehnsucht nach Liebe	68
Eros, Philia und Agape	70
Lieben = gut umgehen (liob)	73
Liebe deinen Nächsten	75
Sich selbst lieben	78
Gott lieben	80
Gottes Liebe zu uns	83
Liebe sein	86
Liebe, die heilt	89
Die Liebe glaubt alles und hofft alles	91
<i>Die Lebenskunst der Benediktiner</i>	95
Einführung	95
Der Mann Benedikt	112
Die Regula Benedicti	122
Beten – das Gebet sei lauter	130
Mit dem Herzen hören – die Sehnsucht nach Gott ...	136
Gottesliebe – die Seele des Dialogs zwischen Gott und den Menschen	154
Gottvertrauen – seine Hoffnung Gott anvertrauen ...	163
Arbeit – damit in allem Gott verherrlicht werde	166
Demut – durch Selbsterhöhung steigen wir hinab und durch Demut hinauf	173
Gehorsam – der erste Schritt zur Demut ist Gehorsam ohne Zögern	180
Reinheit des Herzens	183
Die Brüder sollen einander dienen	186
Lectio divina – die Arzneien der Heiligen Schrift	198
Benediktinische Gastfreundschaft – alle Fremden, die kommen, sollen aufgenommen werden wie Christus	202
Die Pax Benedictina – suche den Frieden und jage ihm nach!	212

Schweigen	216
Leben in Gemeinschaft	222
Das rechte Maß und die Unterscheidungsgabe	226
<i>Anhang</i>	233
Literatur	233
Autorinnen und Autoren	234

Vorwort: Was ist Glück?

Die Sehnsucht nach Glück bewegt heute viele Menschen. Sie sehnen sich danach, dass ihr Leben gelingt. Und so gibt es zahlreiche Bücher, welche die besten Wege zum Glück behandeln. Dabei wird Glück oft sehr oberflächlich verstanden als etwas, das man machen oder kaufen kann. Glück meint jedoch etwas anderes: dass man im Einklang mit sich selbst ist, dass das Leben gelingt, dass man ganz der wird, der man vom Wesen her ist, in Übereinstimmung mit dem innersten Wesen.

Die klassischen Wege zum Glück sind die Tugenden. Wenn ich über Glaube, Hoffnung und Liebe schreibe, dann geht es auch hier um den Weg zum wahren Menschsein. Daher möchte ich weniger inhaltlich und rein theologisch über den Glauben sprechen und über das, was ich glauben soll, oder über die Hoffnung und das, worauf ich hoffe, und auch nicht so sehr über das Gebot Jesu, dass wir lieben sollen. Ich möchte vielmehr diese drei Haltungen als Weg zu einem gelingenden Leben beschreiben. Dabei greife ich natürlich auf die biblischen Bilder für diese drei Haltungen zurück. Aber ich versuche, sie immer so in das Leben hinein zu übersetzen, dass sie uns helfen, wirklich und erfüllt zu leben. Und ich werde diese drei Tugenden durch Einsichten und Weisheiten der Benediktiner ergänzen, die uns konkrete geistliche Erfahrungen im Lebensalltag vermitteln und zeigen, wie wir heute in einer säkularisierten Welt Gott erfahren können.

Die Trias »Glaube, Hoffnung und Liebe« geht auf die berühmte Stelle im Hohen Lied der Liebe zurück, das uns Paulus im 1. Korintherbrief besingt. Er schließt seinen Lobgesang der Liebe mit den Worten: »Für jetzt bleiben Glaube,

Hoffnung, Liebe, diese drei; doch am größten unter ihnen ist die Liebe« (1 Kor 13,13). Paulus hat die Verbindung dieser drei Haltungen nicht erfunden. Vermutlich fand er sie in der hellenistischen Gemeinde vor. Schon in seinem ersten Brief hat er diese Tugenden miteinander verbunden, und seither gebraucht er sie in vielen Formulierungen. So schreibt er in 1 Thess 1,3: »Unablässig erinnern wir uns vor Gott, unserem Vater, an das Werk eures Glaubens, an die Opferbereitschaft eurer Liebe und an die Standhaftigkeit eurer Hoffnung.« Offensichtlich kann Paulus die Haltung des Christen am besten durch diese drei Tugenden beschreiben. Die frühe Kirche hat diese drei Tugenden übernommen und sie mit den vier Kardinaltugenden verglichen, die die griechische Philosophie seit Platon verkündet hat: »Gerechtigkeit, Tapferkeit, Maß und Klugheit«. Die mittelalterliche Theologie nennt die drei Tugenden dann göttliche Tugenden, um zu bekennen, dass sie nicht allein dem menschlichen Willen, sondern der Gnade Gottes entspringen. Schon der Begriff ist eigenartig: »göttliche Tugend«. Er verbindet eine menschliche Haltung mit einer göttlichen Gabe. In dem Begriff ist schon ein Miteinander von Gott und Mensch enthalten.

Das deutsche Wort »Tugend« kommt von »taugen«. Die Tugend ist die Bedingung, dass das Leben gelingt. Die Griechen sprechen von »arete« und meinen damit eine Fertigkeit und Kraft. Die Lateiner übersetzen es mit »virtus«. Darin steckt einmal die Kraft, zum andern der Mann. Es ist eine männliche oder mannhafte Kraft. Griechen und Römer denken daher in erster Linie an den Sportler und Soldaten. Von ihm her übernehmen sie diese Haltungen auch für den Philosophen. Der Philosoph übt sich in der Tugend, damit sein Leben gelingt, damit es seinem wahren Wesen entspricht. Josef Pieper, der katholische Philosoph, der die Philosophie des heiligen Thomas von Aquin in unsere Zeit übersetzt hat,

stellt die Tugendlehre der Gebotelehre oder Pflichtenlehre gegenüber. Bei den Geboten geht es um von außen gegebene Forderungen Gottes an den Menschen. Wenn wir von Pflichten sprechen, dann geht es um das, was wir eigentlich tun sollten. Es ist eine Sollenslehre. Bei den Tugenden geht es aber darum, das Sein des Menschen zu beschreiben, denn die Tugenden sind Haltungen, die dem Menschen innewohnen. Er soll sie pflegen und entfalten, aber sie sind in ihm angelegt. Pieper definiert die Tugend als »die Haltung, kraft deren der Mensch geneigt ist, das Gute zu tun«. Die Tugend – so sagt Thomas von Aquin – ist ein »habitus«. Gemeint ist damit eine besondere Weise des »Sich-selber-Habens«. Der Mensch besitzt die Tugend. Sie ist in ihm. Sie zeigt ihm, wer er eigentlich ist und was in ihm für Möglichkeiten stecken. Für Thomas von Aquin ist die Tugend die Kraft im Menschen, die ihn dazu antreibt, seinem Wesen gemäß zu leben und das zu verwirklichen, was in ihm angelegt ist.

Wenn Thomas nun bei der paulinischen Trias von Glaube, Hoffnung und Liebe von göttlichen Tugenden spricht, dann meint er, dass diese Tugenden im Menschen angelegt sind. Sie sind ihm in der Schöpfung schon mitgegeben, damit er durch sie das verwirklicht, was Gott ihm zugedacht hat. Aber zugleich werden diese Tugenden dem Menschen, der sich auf Gott hin ausrichtet, von Gott her aus Gnade geschenkt. Sie sind göttliche Tugenden, weil in ihnen der Heilige Geist im Menschen wirkt. In den Tugenden erfährt der Mensch also auf der einen Seite das, was in ihm ist, auf der anderen Seite das, was ihm immer wieder neu von Gott geschenkt wird, auf das er angewiesen ist, dass Gott es ihm schenkt und dass Gott darin in ihm wirkt. Glaube, Hoffnung und Liebe sind also im Menschen angelegt von seiner Natur her. Doch zugleich wirkt in diesen drei Haltungen Gott an und im Menschen. Gott zeigt in diesen drei Tugenden den Menschen sein Wohlwollen, seine Liebe. Er sorgt

aus Gnade für die Menschen, damit ihr Leben gelingt. Im Glauben, in der Hoffnung und in der Liebe fließt das göttliche Leben in den Menschen ein, da wird der Mensch ganz und gar von Jesus Christus erfasst, durchdrungen und verwandelt. Diese drei Tugenden beziehen sich nicht nur auf das reine Menschsein, sondern auch auf unsere Beziehung zu Gott. Wir werden erst ganz Mensch, ganz zu dem Bild, das Gott uns zugedacht hat, wenn wir das göttliche Leben und die göttliche Liebe in uns einlassen, wenn wir – um mit den griechischen Kirchenvätern zu sprechen – vergöttlicht werden.

In diesem Spannungsbogen müssen wir die drei göttlichen Tugenden sehen. Der Glaube zeigt eine Grundbefindlichkeit des Menschen. Jeder Mensch glaubt etwas. Er glaubt anderen, die ihm etwas erzählen. Und er glaubt in dem Sinn, dass er sich getragen weiß von einer größeren Wirklichkeit. Und doch ist der Glaube an Gott als den eigentlichen Grund unseres Lebens ein Geschenk Gottes. Wenn wir mitten im Dunkel dieser Welt an Gottes Liebe glauben, dann ist das nicht selbstverständlich. Dann erfahren wir das als Gnade. Und trotzdem dürfen wir die Gnade nicht so verstehen wie manche, die sagen: »Nun, wenn Glaube Gnade ist, dann habe ich die Gnade eben nicht. Da kann man halt nichts machen.« Wir können den Glauben nicht machen, aber wir können uns trotzdem nach ihm ausstrecken! Und wir können in Berührung kommen mit den Bedingungen des Glaubens, die in unserer menschlichen Seele verankert sind. Wir können es einfach probieren, auf Gott zu setzen, ihm zu vertrauen. Wir können gleichsam mit dem Glauben ein Experiment machen. Wir leben einfach einmal so, als ob die Worte der Bibel stimmen. Glaube ist dann einfach eine Offenheit für etwas, was wir nicht mit unseren Händen fassen und besitzen können. In dieser Offenheit kann der Glaube wachsen. Und wir können Gott bitten, dass er unseren Glauben stärke.

Der Glaube bezieht sich jedoch nie nur auf Gott, sondern auch auf den Menschen. Es geht darum, Gott zu trauen und auf ihn unser Leben zu setzen. Und es geht auch darum, an den Menschen zu glauben. Indem wir an den Menschen glauben, wecken wir das Gute, das Gott in ihn hineingelegt hat, zum Leben. Unser Glaube an den Anderen ermöglicht es ihm, an sich selbst zu glauben, anstatt sich aufzugeben. So ist der Glaube der Grund, auf dem unser Leben beruht und auf dem ein gutes Miteinander mit den Menschen erst möglich wird.

Hoffnung ist auch beides: eine menschliche Haltung und ein Geschenk Gottes. Und Hoffen bezieht sich auf den Menschen und auf Gott. Wenn ich Hoffnung in mir habe, gebe ich mich selbst nicht auf. Ich hoffe, dass ich mich entwickeln und entfalten kann, dass ich immer mehr in die Gestalt hineinwachse, die Gott mir mitgegeben hat. Und ich hoffe für andere Menschen. Ich gebe den Anderen nicht auf, wenn es ihm gerade nicht gutgeht, wenn er durchhängt. Ich bleibe bei ihm. Ich hoffe, dass er wieder mit seiner Kraft in Berührung kommt und die Krise überwindet. Und ich hoffe auf Gott und auf all das, was er mir verheißen hat, auf die wunderbaren Verheißungen, die mir in der Bibel verkündet werden. Es gibt Menschen, bei denen die Hoffnung von ihrer psychischen Struktur und von ihrer Erziehung her stärker ausgeprägt ist. Und es gibt Menschen, die sich schwertun mit der Hoffnung. Da ist es wichtig, um die Hoffnung auch zu beten, sie als Geschenk von Gott her anzunehmen. Sie ist aber nicht ein Geschenk, das einem gegeben wird, der noch gar keine Hoffnung hat. Vielmehr stärkt die Gnade Gottes die Hoffnung, die in meiner Seele angelegt ist.

Die gleiche Spannung nehmen wir bei der Liebe wahr. Jeder Mensch hat Liebe erfahren. Auch wenn die Liebe, die die Eltern ihm geben konnten, nicht genug war für ihn, ohne jede Liebe ist niemand in die Welt gekommen und aufge-

wachsen. Und selbst wenn er in seinem Umfeld wenig Liebe spüren konnte, so spürt er sie doch in seinem Herzen. Er weiß in seinem tiefsten Inneren, was Liebe ist. In jedem Menschen ist zumindest die Sehnsucht nach Liebe. Und zugleich erfahren wir unsere Liebe als begrenzt. Die Liebe ist die Tugend, die uns mit unserem Menschsein gegeben ist, aber zugleich ist sie ein Gnadengeschenk Gottes. Paulus beschreibt sie als eine Gabe, die Gott uns Menschen gibt und die unser Leben verwandelt. Wer diese Liebe in sich hat, die von Gott stammt und daher unbegrenzt und unerschöpflich ist, dessen Leben bekommt einen neuen Geschmack, den Geschmack der Liebe.

Warum hat Paulus diese drei Haltungen immer wieder miteinander verbunden? Was ist der innere Zusammenhang dieser Tugenden? Die deutsche Sprache hat schon von den Worten her einen inneren Zusammenhang gesehen, wenn sie für glauben und lieben die gleiche Wurzel »liob = gut« sieht. Glauben heißt das Gute sehen, und lieben, den, den ich als gut ansehe, auch gut zu behandeln. Paulus stellt die Beziehung von Glaube und Hoffnung her. Beides zielt letztlich auf etwas, was wir nicht sehen. Der Glaube vertraut dem Gott, der das Tote lebendig macht. Gegenüber dem Erfüllen der Gebote, das in die Augen fällt, vertraut der Glaube der bedingungslosen Liebe Gottes. Für den Glaubenden ist sie sichtbar geworden in Jesu Tod am Kreuz. Wer aber die Augen verschließt, für den bleibt diese Liebe unsichtbar. Der Glaube öffnet uns für die Liebe Gottes. Und der Glaube ist voller Hoffnung, dass Gottes Liebe uns immer mehr bestimmen wird.

Der Hebräerbrief verbindet in seiner Definition des Glaubens die beiden Haltungen von Glaube und Hoffnung: »Glaube aber ist: fest stehen in dem, was man erhofft, überzeugt sein von Dingen, die man nicht sieht« (*Hebr 11,1*). Das ist eine interessante Verbindung von Glaube und Hoff-

nung. Der Glaube hat mit Stehen zu tun. Doch wir stehen nicht auf dem Boden der Wirklichkeit. Wir stehen fest in dem, was wir erhoffen, also in einem Zukünftigen, das aber jetzt schon unter uns ist und uns auf dieser Erde einen anderen, einen göttlichen Stand verleiht. Das Überzeugtsein von Dingen, die man nicht sieht, meint letztlich die Liebe. Die Liebe spüren wir, aber wir können sie nicht sehen. Wir können zwar die Liebe eines Menschen in seinen Augen sehen. Doch es ist nur der Widerschein der Liebe in den Augen. Die Liebe selbst bleibt unsichtbar. So ist der Glaube letztlich ein Überzeugtsein von der Liebe Gottes, die wir nicht direkt sehen können, die uns aber in Jesus Christus sichtbar geworden ist und die uns auch sichtbar begegnet im liebenden Blick eines Menschen oder auch in der Schöpfung, die voll ist von Gottes Liebe.

Wenn ich über Glaube, Hoffnung und Liebe schreibe, dann nicht in dem Sinn: »Du sollst glauben, du sollst hoffen, du sollst lieben.« Das wäre die typische Pflichtenlehre. Tugendlehre meint etwas anderes: Der Glaube ist schon in dir als eine Möglichkeit, die dir mit deinem Menschsein gegeben ist. Die Hoffnung ist in dir angelegt. Sie zeigt dir, wozu du fähig bist. Und die Liebe ist deine innerste Wirklichkeit. Es tut dir gut, mit der Liebe, die schon in dir ist, in Berührung zu kommen, damit sie dich noch mehr prägt. Die Gedanken über die drei Tugenden wollen uns mit dem in Kontakt bringen, was schon in uns ist. Die Quelle des Lebens ist schon in uns. Manchmal allerdings brauchen wir einen Anstoß von außen, damit die Quelle wieder lebendiger in uns strömt und alle Bereiche unseres Leibes und unserer Seele durchfließt.

Die Kirchenväter haben diese Spannung zwischen Sein und Entfalten des inneren Potenzials in dem Wort aus dem Schöpfungsbericht der Bibel herausgelesen: »Gott schuf also den Menschen als sein Abbild; als Abbild Gottes schuf

er ihn. Als Mann und Frau schuf er sie« (*Gen 1,27*). Die griechischen Kirchenväter übersetzen die beiden hebräischen Worte »selem« und »demut«, die die Einheitsübersetzung gleichermaßen mit »Abbild« wiedergibt, mit »kat'eikona« (nach seinem Bild) und »kat'homoiosin« (zu seinem Gleichnis, nach seiner Ähnlichkeit). Zu Beginn ist der Mensch als Bild Gottes geschaffen. Doch seine Aufgabe besteht darin, Gott immer ähnlicher zu werden. Das wahre Abbild Gottes war für die Kirchenväter Jesus Christus. Der Christ soll Christus immer ähnlicher werden und dadurch hineinwachsen in die Gestalt, die Gott ihm zugedacht hat. Indem wir Christus ähnlicher werden, werden wir mehr und mehr zu dem Bild Gottes. Und Gottes Bild, das wir durch die Sünde verdunkelt haben, wird in seinem ursprünglichen Glanz in uns wiederhergestellt.

So geht es in den drei göttlichen Tugenden Glaube, Hoffnung und Liebe darum, dass wir das ursprüngliche Bild Gottes in uns wieder in seinem wahren Glanz erstrahlen lassen und dass wir zugleich immer mehr hineinwachsen in die Gestalt Jesu Christi, der auf eine die ursprüngliche Schöpfung überbietende Weise das Bild Gottes in dieser Welt dargestellt hat. In Christus ist die Vollendung des göttlichen Bildes im Menschen aufgeleuchtet. Durch Glaube, Hoffnung und Liebe, die in uns angelegt sind und zugleich durch die Gnade Gottes in uns gestärkt werden, wachsen wir immer mehr zu dem ganzen und vollständigen Menschen, wie er uns in Jesus Christus begegnet. Da werden wir wahrhaft ganz und heil, da werden wir authentisch. Da erfahren wir, was Menschsein bedeutet. Da gelingt unser Leben, und wahres Glück wird möglich.

So wünsche ich Ihnen, liebe Leserinnen und Leser, dass die Gedanken über Glaube, Hoffnung und Liebe und die Eckpfeiler benediktinischer Lebenskunst Sie in Berührung

bringen mit dem Potenzial, das in der eigenen Seele bereitliegt. Ich möchte mit meinen Gedanken in niemandem ein schlechtes Gewissen erzeugen, nach dem Motto: »Eigentlich müsste ich mehr glauben und stärker hoffen und intensiver lieben.« Ich möchte in Ihnen vielmehr das Gefühl wecken: Ich bin dankbar für die Möglichkeiten des Menschseins, die Gott mir geschenkt hat, für die Tugenden von Glaube, Hoffnung und Liebe, die ich in mir spüre. Und ich möchte Lust vermitteln, diese Tugenden zu üben. Das Wesen der Tugend besteht nach Josef Pieper darin, das Gute mit Freude zu tun. So sollen die Gedanken dieses Buches in Ihnen Freude hervorrufen, das Leben zu leben, das Gott Ihnen zugedacht hat. Dann wird sich auch das Glück einstellen. Und wenn es nicht so gelingt, wie Sie es sich vorstellen, wenn die Tugenden Ihnen abhandenkommen, dann dürfen Sie Gott um die Gnade bitten mit den Worten, mit denen wir es beim Rosenkranz tun, in Ihnen den Glauben zu vermehren, die Hoffnung zu stärken und die Liebe zu entzünden.

Glaube – sich in der Welt willkommen fühlen

Der Glaube übersteigt die Vernunft;
er ist ihr nicht entgegengesetzt.

Mahatma Gandhi

In der Umgangssprache gebrauchen wir das Wort Glauben häufig im Sinne von: »Ich glaube dir. Ich glaube, was du sagst. Ich vertraue darauf, dass du mir die Wahrheit sagst.« Glaube ist also durchaus eine Grundhaltung des menschlichen Lebens. Wenn wir einander nicht glauben würden, wäre das Miteinander sehr schwierig. Es würde nur Misstrauen herrschen.

Zum Glauben gehört das Vertrauen. Der Psychologe Erik Erikson spricht vom Urvertrauen, das ein Kind vor allem durch die Begegnung mit der Mutter von Anfang an mitbekommt. Wer dieses Urvertrauen entwickelt, der fühlt sich in der Welt willkommen. Er hat das Gefühl, dass es gut ist, zu leben und in dieser Welt zu sein. Die Welt, so wie sie ist, ist gut. Wem es an diesem Urvertrauen mangelt, der geht mit einem Grundmisstrauen in die Welt. Er traut den Menschen nicht, den Umständen nicht, der Zukunft nicht. Er lebt in Angst, dass alles schiefgehen könnte. Das Urvertrauen ist die Grundbedingung dafür, dass menschliches Leben gelingt. Im eigentlichen Sinn hat Glauben immer etwas mit Gott zu tun. Wir benutzen das Wort Glauben oft im religiösen Sinne.

Der Glaubende ist der, der an Gott glaubt. Er setzt mitten in dieser Welt auf etwas, das diese Welt übersteigt. Er lebt nicht religionslos und atheistisch, sondern er hat seinen Grund in Gott, den er nicht sehen kann. Glauben wird hier in Gegen-

satz gesetzt zu: sehen, wahrnehmen, greifen. Und oft genug wird der Glaube gegen die Vernunft ausgespielt. Der Glaube übersteigt die Vernunft. Dort, wo wir mit unserem Erkennen an ein Ende kommen, bleibt nur der Glaube. Mein Namenspatron, der hl. Anselm von Canterbury, spricht vom Glauben, der nach Einsicht sucht, von *fides quaerens intellectum*. Der Glaube ist also kein Gegensatz zur Erkenntnis. Im Gegenteil, für Anselm befähigt der Glaube den Verstand, zu einer tieferen Einsicht zu kommen. Und für Anselm gibt es keinen Gegensatz. Was ich glaube, das darf ich auch mit meinem Verstand prüfen. Ich brauche also im Glauben nicht einfach Sätze zu übernehmen, die mir die Kirche vorsetzt. Vielmehr darf ich mit dem hl. Anselm bei jedem Dogma auch fragen: »Was heißt es wirklich? Wie kann ich das verstehen?« Ich selber habe keine Probleme mit irgendeinem Dogma der katholischen Kirche. Aber wenn ich darüber nachdenke, frage ich mich immer: »Was ist damit gemeint? Welche Erfahrung steckt dahinter? Wie kann ich diese Sätze für mich so erklären, dass ich sie verstehe?« Der hl. Anselm befreit mich von dem Zwang, den ich manchmal in meiner Jugend gehört habe, man müsse halt blind glauben. Nein, ich brauche nicht blind zu glauben. Ich darf auch meinen Verstand einschalten und versuchen, das, was ich glaube, mit dem Verstand zu durchdringen. Allerdings ist für Anselm der Glaube die Grundlage, auf der dann der Verstand seine Arbeit leistet.

Ich möchte in diesem Buch keine Theologie des Glaubens entwickeln. Dazu gibt es lange Abhandlungen, etwa über den Glauben bei Paulus, den Glauben im Alten und im Neuen Testament, den Glauben in einer religionslosen Zeit usw. Ich beschränke mich darauf, ein paar Aspekte des Glaubens aufzuzeigen, die der wichtigsten Absicht meines Schreibens entsprechen: Lebenshilfe aus dem Glauben zu sein. Mein Onkel, P. Sturmius Grün, hat im Jahre 1950 ein

Buch geschrieben mit dem Titel: »Glaube als Last und Erlösung«. Er hat darin versucht, Antworten auf die vielen Fragen zu geben, die ihm die Zuhörer seiner Vorträge gestellt haben. Unsere Zeit hat andere Fragen an den Glauben als damals nach dem Zweiten Weltkrieg. Dennoch fühle ich mich in meinem Versuch, über den Glauben zu schreiben, meinem Onkel verpflichtet. Wie er möchte ich Antwort geben auf Glaubensfragen, die ich immer wieder höre und die mir selber bedeutsam geworden sind.

Glaube als Vertrauen

Die Theologen sind sich darin einig, dass Glaube nicht in erster Linie ein Für-wahr-Halten von Tatsachen ist, sondern ein Vertrauen Gott gegenüber. Sie sprechen vom Du-Glauben im Gegensatz zu einem bloßen Dass-Glauben. Glauben heißt, dass ich auf Gott vertraue. Das deutsche Wort »vertrauen« kommt von »treu« und meint: Festigkeit. Wer auf Gott vertraut, der hat einen festen Grund unter den Füßen. Das Vertrauen auf Gott ist zugleich eine Stütze, um Selbstvertrauen zu lernen und Vertrauen in andere Menschen zu entwickeln. Die Frage ist, wie ich dieses Vertrauen lernen kann. Bin ich da allein von den Erfahrungen meiner Kindheit abhängig? Wenn ich Urvertrauen gelernt habe, kann ich Gott und dem Nächsten und mir selbst vertrauen? Wenn nicht, ist es dann eben nicht möglich?

So einfach kann man es sicher nicht sagen. Natürlich hängt das Vertrauen auf Gott davon ab, ob ich als Kind das Urvertrauen mitbekommen habe. Es fällt mir leichter, auf Gott zu vertrauen, wenn in mir eine Grundstimmung ist, dass alles gut ist, wie es ist, dass Gott der Garant dieses Gutseins ist. Doch Glaube und Vertrauen sind für die Bibel immer auch

Ausdruck der Gnade Gottes. Aber bin ich dieser Gnade Gottes ausgeliefert? Ist es so, dass ich sie entweder habe oder nicht? Vertrauen ist ein Geschenk Gottes an den Menschen. Trotzdem kann ich Vertrauen auch lernen.

Die frühen Mönche haben die Methode der sogenannten *ruminatio* (Wiederkäuen) entwickelt. Sie haben in das Misstrauen und in die Angst ein Vertrauenswort aus der Bibel hineingesprochen und es über längere Zeit wiederholt, etwa das Wort: »Der Herr ist mit mir; ich fürchte mich nicht. Was können Menschen mir antun?« (*Ps 118,6*). Wenn ich dieses Wort in meine Angst hineinspreche, komme ich langsam mit dem Vertrauen in Berührung, das auch in mir ist. Keiner von uns hat nur Angst oder nur Vertrauen. Wir kennen beide Pole in uns. Durch die Meditation von Bibelworten kann ich das Vertrauen entdecken, das auf dem Grund meiner Seele schon in mir ist. Aber ich kann Vertrauen nicht erzwingen. Wenn ich mir vorsage: »Der Herr ist mein Hirt. Nichts wird mir fehlen« (*Ps 23,1*), dann kann in mir das Vertrauen wachsen, dass Gott für mich sorgen wird, dass mir nichts, was wirklich notwendig ist, fehlen wird. Aber ich kann das Vertrauen durch solche Psalmverse nicht erzwingen.

Bei allen Versuchen, Vertrauen zu lernen, gibt es eben doch den Aspekt der Gnade. Manchmal dürfen wir einfach eine Erfahrung machen, dass Gott uns ganz nahe ist. Wenn ich in einem Gottesdienst oder in der stillen Meditation das Gefühl von Gottes heilender Nähe habe, dann ist in diesem Augenblick das Vertrauen in mir. Ich brauche dann nichts zu tun. Das Vertrauen ist einfach da. Meine einzige Aufgabe besteht darin, mich diesem Vertrauen zu überlassen. Solche Erfahrungen sind immer Gnadenerfahrungen. Ich kann sie nicht durch irgendeine Technik erzeugen. Ich darf sie nur dankbar wahrnehmen, wenn sie über mich kommen.

Auf Gott vertrauen heißt aber nicht, naiv zu vertrauen, dass

mir kein Unglück geschehen kann, dass ich nie einen Unfall erleiden werde oder dass in meinem Beruf nichts schiefgeht. Das Vertrauen auf Gott ist nicht Leichtfertigkeit oder Naivität. Es kann sein, dass ich krank werde oder dass sich der Ehepartner anders entwickelt oder eine Entscheidung zu Belastungen führt. Vertrauen heißt für mich: Meinem Kern kann nichts Negatives widerfahren. Ganz gleich, ob ich krank werde, einen Unfall erleide, im Beruf Pech habe – meinem innersten Kern, meinem wahren Selbst, kann nichts geschehen. Im Innersten bin ich in Gottes Hand. Da bin ich von Gottes guter Hand geschützt. Solches Vertrauen gibt mir Gelassenheit. Es tut der Seele gut. Und zu solchem Vertrauen muss ich mich immer wieder entscheiden.

Vertrauen heißt nicht, dass ich keine Angst mehr habe. Gläubige Christen werden genauso von Ängsten heimgesucht wie Atheisten, denn die Ängste entspringen traumatischen Erfahrungen in der Kindheit. Oder sie haben mit archetypischen Ängsten zu tun, die mit dem Menschsein einfach gegeben sind, wie: Angst vor dem Verschlungenwerden, Angst vor dem Verhungern, Angst vor dem Verlassenwerden und Angst vor dem Sterben. Es hilft wenig, wenn wir uns selbst beschuldigen, sobald wir in uns Angst spüren. Ich kenne Christen, die sagen, als Christ dürfte ich doch gar keine Angst haben, ich müsste nur auf Gott vertrauen, dann wäre die Angst weg. Solche Sätze helfen nicht weiter. Ein besserer Weg wäre, die Angst zuzulassen und ihr bis zu ihrem Ende zu folgen. Dann wird mich die Angst in den Grund meiner Seele führen, in der das Vertrauen bereitliegt, das Gott mir ins Herz gegeben hat. Auf dem Grund meiner Angst werde ich dann erkennen: Mit meiner Angst bin ich in Gottes Hand. Die Angst darf sein, aber sie ist umfasst von Gottes guter Hand.

Jesus will uns zu diesem kindlichen Vertrauen in Gott, unseren Vater, einladen. Im Lukasevangelium vergleicht Jesus

Gott mit dem Vater, der seinem Sohn gute Gaben gibt: »Oder ist unter euch ein Vater, der seinem Sohn eine Schlange gibt, wenn er um einen Fisch bittet, oder einen Skorpion, wenn er um ein Ei bittet? Wenn nun schon ihr, die ihr böse seid, euren Kindern gebt, was gut ist, wie viel mehr wird der Vater im Himmel den Heiligen Geist denen geben, die ihn bitten« (*Lk 11,11–13*).

Glaube ist Vertrauen, nicht Wissenwollen.

Hermann Hesse

Wir sollen voll Vertrauen den Vater im Himmel bitten, dass er uns von der Angst befreit, dass er uns das Misstrauen nimmt und dass er uns, die wir an mangelndem Selbstvertrauen leiden, innerlich stärkt. Die eigentliche Gabe, die uns der himmlische Vater gibt, ist jedoch der Heilige Geist. Der Heilige Geist ist tiefer als der Geist der Angst, der Enge und des Misstrauens. Er ist nicht einfach ein menschliches Gefühl, so wie Vertrauen ein Gefühl ist. Doch wenn wir dem Heiligen Geist trauen, der unterhalb unserer Gefühle in uns ist, dann können sich langsam auch unsere Gefühle wandeln. Die Angst wandelt sich in Vertrauen, die Enge in Weite. Wir hören auf, uns an irgendetwas festzuklammern. Wir halten unsere leeren Hände Gott hin, damit er sie mit seinem Geist erfüllt.

Glauben – das Gute sehen

Die deutsche Sprache verbindet den Glauben mit dem Sehen. Der Glaube ist eine ganz bestimmte Weise, die Wirklichkeit zu sehen. Das deutsche Wort Glauben geht auf die althochdeutsche Wurzel »lieb« zurück, die »gut« bedeutet.