

HERWIG ARTS SJ · ANTWERPEN

Maßhalten – eine stoische oder eine christliche Tugend?

Mäßigkeit oder *temperantia* scheint auf den ersten Blick nicht so sehr eine typisch christliche Tugend zu sein als vielmehr ein moralisches Prinzip, das uns von den Stoikern überkommen ist und das sich ganz allgemein an den Menschen wendet. Das geflügelte Wort »*ne quid nimis*« (»Maßhalten in allem« und »Nur nicht übertreiben«), das Terenz unablässig wiederholt, ist eine weithin bekannte Devise, die unmittelbar von der Philosophie der griechischen Stoa, *meden agan*, stammt. Um mit Seneca zu sprechen: »*Moderata durant*« (»Mäßigkeit währt am längsten«).

Der erste, der diese Tugend in die Reihe der »Kardinaltugenden« aufnahm (und sie darin an die letzte Stelle setzte), war der lateinische Kirchenvater Ambrosius, der im vierten nachchristlichen Jahrhundert lebte. Ihm galt die Mäßigkeit als sittliche Einstellung, durch welche der Mensch gehalten war, kraft seiner intellektuellen Wahrnehmung und seines moralischen Gewissens »seine Leidenschaften und Affekte zu zügeln«.

Noch konkreter als Ambrosius bezeichnet Thomas von Aquin die »Mäßigkeit« oder »Mäßigung« in seiner Abhandlung über die Tugenden als die bewußte Einschränkung oder das freiwillige Maßhalten in Speise und Trank, das Leben in Keuschheit und ganz allgemein ein durch Zurückhaltung und Bescheidenheit gekennzeichnetes Verhalten. Alle leiblichen Triebe werden nachdrücklich durch die *ratio*, die Vernunft, kontrolliert.

Auch im Buddhismus spielen Mäßigkeit und Nüchternheit eine zentrale Rolle. Die leiblichen Bedürfnisse und Wünsche führen leicht zur Leidenschaft, dem Ursprung allen Leidens. Genau wie der Stoizismus fürchtet auch der Buddhismus all das, was mit starken Trieben, Zuneigung und Affekten zusammenhängt. Die Anhänger Buddhas sehen ihr Ideal in der Ruhe des Gemüts, in der Leidenschaftslosigkeit oder Gelassenheit und der

HERWIG ARTS SJ, Jahrgang 1935, Priester der Gesellschaft Jesu seit 1967, ist Professor für Liturgiewissenschaft und Anthropologie an den Katholischen Universitäten in Löwen und in Antwerpen. Erika Grün übertrug den Beitrag aus dem Französischen.

Seelenruhe. Der Buddhismus strebt hin zu einem seelischen Zustand des Nirwana, in welchem alle Wahrnehmungen, Gefühle und Leidenschaften nur noch in geringem Maße oder gar nicht mehr vorhanden sind. Es ist eine geistige Haltung (oder Spiritualität) des Erlöschens, der Seelenruhe und Weisheit, keineswegs aber eine geistige Form der Liebe, also des lebhaften Verlangens und Suchens, bei welchem man nach der Erfahrung der intensivsten Intimität und Nähe strebt. Das Hohelied Salomos, dieses leidenschaftliche Liebesgedicht, das die christlichen Mystiker so oft und gerne ausgelegt haben, wäre für einen Buddhisten schlicht und einfach inakzeptabel. Erinnern wir uns doch nur an Aussprüche wie »Ich bin krank vor Liebe« oder »Ich schlief, doch mein Herz war wach« (Hld 5,2 und 5,8).

In der christlich geprägten Spiritualität hingegen – in der die Liebe eine ganz zentrale Stellung einnimmt – liegt etwas Maßloses, liegen Fülle und Unendlichkeit. Hat nicht der schwedische Mystiker und Konvertit Sven Stolpe einmal gesagt: »Wir können niemals zu viel lieben, wir können nur zu wenig oder auf die falsche Weise lieben«?

Wenn Therese von Lisieux schreibt: »Ich wähle das Ganze«, ist auch in diesem Ausspruch eine gewisse Maßlosigkeit zu erkennen. Ihr geistlicher Mentor, ein asketischer Mensch, tadelt und korrigiert sie, wenn sie in ihr Büchlein schreibt: »Ich empfinde unendliches Verlangen in meinem Herzen«, oder wenn sie betet: »Mögest Du heute meine Wünsche erfüllen, die größer sind als die Welt«. Der gestrenge Pater zwingt sie, ihre Formulierungen »das unendliche Verlangen« und »das an die Grenzen des Unendlichen rührt« durch »mein großes Verlangen« zu ersetzen. Man darf übrigens zweifeln, ob die Heilige wirklich bereit war, der Liebe in ihrem Leben irgendwelche Schranken zu setzen. Befiehlt uns denn nicht das erste Gebot unserer christlichen Religion: »Du sollst den Herrn, deinen Gott, lieben mit ganzem Herzen, mit ganzer Seele und mit ganzer Kraft« (Dtn 6,5)?

Die wahre Liebe kennt kein Maß und erträgt es nicht, eingeschränkt zu werden. Zu Recht kann deshalb M. Bellet behaupten: »Thereses Weg ist das genaue Gegenteil (des Stoizismus und der fernöstlichen Traditionen): Es geht um die Heftigkeit ihres Verlangens ... Ihr Verlangen, das sie verbrennt.«

Es ist selbstverständlich, daß auch die christliche Religion Domänen kennt, die Mäßigung, Selbstbeherrschung und ständige Kontrolle der leiblichen und seelischen Bedürfnisse erfordern. Das gilt vor allem für die mönchische Tradition und hier insbesondere für jene Gebiete, die im Vergleich zu der überragenden Bedeutung der Liebe als zweitrangig gelten. Es gibt mindestens zwei ganz wichtige Gründe, die eine wohldefinierte Form des Maßhaltens ebenso notwendig wie unabdingbar machen. Der erste Grund ist *rein menschlicher* oder *ausschließlich anthropologischer* Natur, der zweite hingegen ist seinem Wesen nach *religiös* (und entbehrt folglich aus der Sicht der nichtgläubigen Menschen jeder Bedeutung). Wir wollen aber zu-

nächst die anthropologische Notwendigkeit solcher Tugenden wie Selbstbeherrschung, Nüchternheit, Enthaltbarkeit und Mäßigkeit betrachten. Die Tiere kennen kein Maßhalten, und sie bedürfen seiner auch nicht. Oder vielmehr, sie halten Maß aus Instinkt. Wilde Tiere fressen niemals zu viel, kennen keinen Exzeß bei der Paarung, übertreiben niemals, weder beim Spiel noch beim Schlaf. Ihr angeborenes biologisches Verhalten oder ihr Instinkt vermag all dieses bestens zu regeln. Nur die Haustiere leiden an Fettleibigkeit oder vermehren sich intensiv, weil der Mensch in die natürlichen Abläufe eingreift. Der Mensch selbst kennt zwar kein instinktives Sich-Bescheiden auf all diesen Gebieten. Aber er besitzt viel mehr: Er besitzt seinen Verstand, seine Grundsätze und seine Selbstbeherrschung, lauter Eigenschaften, die er in höherem oder geringerem Maße im Laufe seiner Erziehung erworben hat. Oder mit einem einzigen Wort ausgedrückt: Er besitzt seine Moral. Ein Mensch, der nach moralischen Gesetzen lebt, übertreibt also niemals bei der Erfüllung seiner spontanen Bedürfnisse oder seiner leiblichen Gelüste, sondern hält diese vielmehr fest unter Kontrolle. Er hält seine unterschiedlichsten Bedürfnisse im Zaum, selbst solche, die lebensnotwendig sind. Der unmoralische Mensch hingegen verhält sich genau umgekehrt. Er steigert seine natürlichen Bedürfnisse (zum Beispiel das Bedürfnis zu essen, zu schlafen, zu trinken oder das Bedürfnis nach Sex usw.) auf künstliche Weise und verstärkt so sein Bedürfnis nach Stimulanzien; er vergrößert seinen Durst, indem er Chips und Salzgebäck verzehrt, und seine sexuellen Wünsche, indem er Pornographie, Aphrodisiaka, Alkohol und aufputschende Substanzen konsumiert. Er tut all dies aus einem ganz einfachen Grund: Die Befriedigung seiner Wünsche verschafft ihm eine Genugtuung, die um so größer ist, als sein Verlangen danach wächst. Oder einfacher gesagt: »Je größer das Verlangen, um so intensiver der Genuß« (selbst wenn dieser auf Kosten seiner eigenen Gesundheit und vor allem seines tiefsten und wichtigsten Verlangens geht, welches dadurch in sein Unterbewußtsein verwiesen wird). In der Tat wird ein Mensch, der bei der Erfüllung solcher körperlichen Bedürfnisse nicht maßzuhalten vermag, sehr bald zum Sklaven seiner Lust und schadet somit nicht nur seinem physischen Wohlergehen, sondern vor allem auch seiner geistigen Gesundheit.

Ein Tier weiß – zumindest solange es sich in seinem natürlichen Biotop befindet –, welche Nahrung und welche Flüssigkeit schädlich oder giftig sind, und es vermeidet diese nach Möglichkeit. Im Falle des Menschen ist es die Erziehung, die ein Kind erkennen läßt, was ihm nützt oder, im Gegenteil, schadet. Der Mensch lernt, wessen er sich enthalten muß, nicht so sehr vermöge seines Instinktes als vielmehr dank der Vorsicht und der Fähigkeit des Maßhaltens, die ihm beigebracht wurden. Es sind vor allem die Rausch- und Betäubungsmittel, auf welche er nicht mehr verzichten kann, sobald er einmal von der verbotenen Frucht gegessen hat. Ohne sein stän-

diges Maßhalten – bis hin zur völligen Abstinenz – scheinen Giftstoffe wie Alkohol, Nikotin, Koffein, Morphin, Beruhigungsmittel usw. sehr bald die unheilvollsten Auswirkungen zu haben, indem sie eine Abhängigkeit erzeugen, aus welcher man sich kaum noch befreien kann. Die Sorge um das eigene körperliche Befinden und die eigene Gesundheit macht also ein ganz bewußtes Maßhalten unabdingbar.

Dasselbe gilt auch auf der psychologischen Ebene. Fernsehen, Spielsalons, Computerspiele oder das Surfen im Internet können leicht zur Droge werden und süchtig machen. Anders gesagt: Sie können die Aufmerksamkeit, die Zeit, das Geld und die Nerven eines Menschen so sehr in Anspruch nehmen, daß ihm weder der Wunsch noch das Interesse für die wesentlichen Dinge des Lebens bleiben. Aber ein Maßhalten ist selbst auf kulturellem Gebiet unverzichtbar, gibt es doch in der Tat auch so etwas wie intellektuelle Gefräßigkeit: Man muß jegliches »must«, alles, was gerade »in« ist (sei es ein Film, ein Bestseller, eine Reise oder Safari, ein Sport), unter allen Umständen selbst erleben, wie es auch eine Manie des Sammelns von Kunstgegenständen gibt, der man oft alles opfert.

In unserer Zeit scheint sich das Maßhalten aber auch noch aus einem anderen Grund durchzusetzen. Das Wirtschaftssystem unserer Überflußgesellschaft erweckt mit Hilfe der raffinierten Methoden von Marketing, Werbung, Sonderangeboten und Schlußverkäufen immer neue Bedürfnisse im Menschen und treibt diese dann immer weiter. Deshalb passen Bertrand Russells Worte so gut auf unsere Epoche: »Leben zu können auch *ohne* die zahlreichen Dinge, die man gerne besitzen würde, ist eine unerläßliche Voraussetzung, um glücklich zu sein.«

Wo die Wirtschaft das Gefühl des Entbehrens gezielt produziert, sollte man diesem vermeintlichen Entbehren zum Trotz doch eine tiefe Genugtuung empfinden. Auch hier erweist es sich wieder, daß der Mensch – anders als das Tier – keinen angeborenen Instinkt besitzt, der ihm sagt, daß er nun genügend Ansehen, Luxus, Erfolg, sexuelle Befriedigung oder materielle Güter erworben hat. Jedes einzelne dieser Bedürfnisse scheint so lange unstillbar zu sein, bis die Tugend des Maßhaltens und die klare Vernunft ihm Einhalt gebieten. Wer glücklich sein will, muß maßvoll leben. Genau hier liegt ja der Schlüssel zum Glück: Man muß Slogans wie »Mehr haben ist besser« oder »Wer nicht weiter geht, fällt zurück« einfach keine Beachtung schenken. Gleichwohl ist es in Wirklichkeit beinahe schon ein psychologisches Gesetz: Je mehr man besitzt, um so stärker wird das Gefühl, daß einem noch sehr vieles fehlt, oder zumindest, daß man noch vieles benötigt. Der Grund dafür ist, daß der Mensch in sich die spontane Neigung verspürt, sich auf einem ihm am Herzen liegenden Gebiet ständig mit andern zu vergleichen, die es weiter gebracht haben als er oder höher gestiegen sind. Wer sich eines guten Aussehens erfreut, wird sich im allgemeinen

mehr als andere für Schönheitsartikel, Modejournale usw. interessieren oder auch für den Eindruck, den er auf andere macht.

Reiche Leute vergleichen und messen sich gerne an ihresgleichen. Demut aber – einst eine Form der Mäßigkeit – besteht vor allem darin, daß man sich nicht unablässig mit seinen Konkurrenten vergleicht. Wer diese Form der Mäßigkeit oder der Demut nicht besitzt, verdammt sich selbst zu dauernder Unruhe und Unzufriedenheit. Der irische Dichter W. B. Yeats hatte recht, als er der schönen Ann Gregory sagte: »Nur Gott allein, meine Liebe, ist imstande, Sie um Ihres Wesens willen zu lieben, und nicht wegen Ihrer blonden Haare oder Ihrer strahlenden Augen.«

Es gibt durchaus einen anthropologischen Grund dafür, daß Maßhalten, oder Mäßigung, in dem Prozeß der Entwicklung des psychologischen Gleichgewichts eines Menschen unabdingbar ist. In der Regel kündigen sich die niedrigeren Bedürfnisse sozusagen mit viel mehr Getöse an, als edlere Bedürfnisse das tun. So ist das Verlangen eines Verdurstenden in der Wüste sehr viel dringender als das Bedürfnis, das einen Musikliebhaber in den Konzertsaal drängt oder einen Mönch zur Feier der Eucharistie. Selbst ein hochbegabter Pianist wird wohl im Sommer nach einer Partie Tennis viel lieber ein Glas Bier als eine Nocturne von Chopin genießen. Je »höher« oder vornehmer ein Bedürfnis ist, als desto weniger dringend wird es empfunden, und man ist viel eher bereit, seine Erfüllung aufzuschieben. Viel schlimmer ist es, daß die edlen Bedürfnisse oft ins Unterbewußtsein verdrängt und somit völlig vergessen werden, weil die niedrigeren Bedürfnisse sich mit einer solchen Heftigkeit äußern, daß sie die ganze Energie eines Menschen absorbieren. Im Vergleich zu Hunger oder sexuellem Verlangen ist das Bedürfnis nach Schönheit oder nach Religion ein Luxus, auf welchen man notfalls vorübergehend durchaus verzichten kann.

Im Falle von oberflächlich veranlagten Menschen zeigt sich das Bedürfnis nach Religion erst, wenn die »dringenderen Angelegenheiten« geregelt worden sind, und zwar noch dazu nach der Devise »first things first« (übrigens handelt es sich bei den sogenannten »vorrangigen Dingen« meistens um materielle, praktische oder körperliche Bedürfnisse).

In diesem Zusammenhang möchte ich drei Bemerkungen machen. Zunächst einmal muß man sich darüber im klaren sein, daß die niedrigeren Bedürfnisse in einem vernünftigen Maße befriedigt werden müssen, um den höheren Bedürfnissen überhaupt eine Chance geben zu können. Man sollte zum Beispiel gar nicht erst versuchen, einen Hungernden für ein Konzert mit Barockmusik oder für eine gregorianische Messe zu begeistern. Und wer nicht genügend geschlafen hat, wird wohl kaum großes Interesse für ein Liebesgedicht aufbringen können. In welchem Ausmaß die primären Bedürfnisse eines Menschen befriedigt werden müssen, steht im direkten Verhältnis zu seiner geistigen Gesundheit und seinem seelischen Gleichge-

wicht. Zweitens ist es unabdingbar für einen Menschen, bei der Erfüllung seiner »niedrigeren« Bedürfnisse Maß zu halten, weil ein maßvoller oder ausgeglichener Mensch sich im allgemeinen durch einen gesunden Appetit, einen guten Schlaf, ein längeres Leben und eine größere Widerstandskraft gegen bestimmte Krankheiten auszeichnet als ein Schlemmer oder ein verwöhntes Kind. Schließlich zeigt aber erst eine dritte Bemerkung, wie dringend notwendig ein ganz bewußtes Maßhalten ist. Im Falle unserer natürlichen oder instinktiven Bedürfnisse fehlen uns nicht nur die angeborenen »Bremsen«, um sie zu zügeln, sondern diese Bedürfnisse sind auch irgendwie unersättlich. Sie füllen einen Menschen restlos aus, wenn er ihnen nicht bewußt Einhalt gebietet. Menschen, die von ihrer Arbeit, von einem Sport, dem Sex oder dem Alkohol besessen sind, zeigen nie auch nur das geringste Interesse für die tiefen Wünsche und Bedürfnisse, die in einem ausgeglichenen Menschen entstehen können. Es ist eine der schwierigsten (aber zugleich auch wichtigsten) Herausforderungen, denen ein menschliches Wesen sich stellen muß: die Wahl zu treffen zwischen unterschiedlichen (sich mehr oder weniger »geräuschvoll« meldenden) Bedürfnissen und Wünschen, die offensichtlich nicht alle in einem einzigen Leben erfüllt werden können. Das Leben als Trappistenmönch schließt das Erziehen von Kindern aus. Die Entscheidung für die Erfüllung des wichtigsten Bedürfnisses kann von einem Menschen verlangen, seine weniger wichtigen Bedürfnisse zu mäßigen oder ganz auf sie zu verzichten – obwohl sie sich sehr heftig zu Wort melden können. In leichter Abwandlung des französischen Sprichwortes »Partir, c'est mourir un peu« könnte man sehr wohl sagen, daß auch das Sich-Entscheiden schon ein bißchen dem Sterben gleichkommt. Eine Wahl zu treffen, heißt immer auch, sich gegen eine andere Möglichkeit zu entscheiden, sie fallen zu lassen. Deshalb schieben wohl auch so viele moderne Menschen eine endgültige Entscheidung möglichst lange auf oder weigern sich schlicht und einfach, sie zu treffen ... Zu Recht schreibt E. Mounier: »Zu wirklicher Reife gelangt ein Mensch erst dann, wenn er für sich persönlich Werte gefunden hat, die ihm wichtiger sind als sein eigenes Leben, und welchen er auch für immer die Treue hält.«

Abgesehen von den anthropologischen Gründen, die es für uns Menschen erforderlich machen, das Leben maßvoll zu leben, gibt es auch ausgesprochen christliche Gründe, welche diese Tugend so wichtig erscheinen lassen. Seiner Etymologie nach bedeutet das Verbum *temperare* »(etwas) ausgeglichen und harmonisch verteilen«. Ein gesundes »Temperament« ist also ein ausgeglichener Mensch – ein Mensch, der weder fanatisch noch einseitig ist. Dieses »Gleichgewicht« oder diese Ausgewogenheit bildete das wichtigste Ideal des griechischen Humanismus. *Alle* Talente oder Fähigkeiten eines Menschen mußten entwickelt werden. Das Gegenteil dazu war ein Mensch, der dumm, voreingenommen, gemein oder einseitig war.

Da jeder Mensch seine Grenzen hat, muß er vorsichtig sein in der Wahl der Art, wie er seine Zeit verbringt oder wem er seine Aufmerksamkeit, seine Zuneigung und seine physischen Möglichkeiten schenkt. Das Ideal der Therese von Lisieux – »Ich wähle das Ganze« – besitzt eine ungeheure Reichweite, aber es ist unmöglich zu verwirklichen. Deshalb ist es auch so wichtig, sich zu entscheiden.

Es ist unmöglich, im Leben die Gesamtheit all dessen, was gut, anziehend, edel und schön ist, zu erleben. Daher ist auch das Gefühl, zu einer Aufgabe berufen zu sein, in Wahrheit eine Entscheidung. In den Entscheidungen, die ein Mensch im Laufe seines Lebens trifft, zeigt sich, was dieser Mensch glaubt, verwirklichen zu können, und was ihm als das Wichtigste in seinem Leben gilt. Wer sich, zum Beispiel, vor allem anderen für Gott und für seinen Nächsten entscheidet und sich für diesen verantwortlich fühlt, weiß, daß er sich damit in zahlreichen anderen, vielleicht für ihn sehr reizvollen, Hinsichten oder Möglichkeiten einschränken oder mäßigen muß. Wer seine Zeit der Erziehung seiner Kinder widmet, wird erfahren, daß er auf so manchen ihm lieben Zeitvertreib verzichten muß. Er muß also das »Maß« halten, wenn es um die eigene Zerstreuung geht.

Wer sich ein Innenleben von einer gewissen Tiefe erhofft, muß sich also genau so mit Maßen um äußere, soziale Dinge kümmern. Wer ein Rosenbäumchen zum Wachsen bringen will, wird die überzähligen, weniger gesunden Zweige abschneiden müssen. Im Urwald herrscht immer das »Recht des Stärkeren«, was bedeutet, daß die Natur alle lebenden Organismen wachsen läßt, jeden nach seiner Art. Ganz anders verhält es sich mit einem gepflegten Garten, einem Park oder einem gut betreuten Wald. Ein solches »Stück Natur« setzt voraus, daß man immer wieder auslichtet, das Überflüssige beseitigt, Erfahrung im Pflanzen und in der Schädlingsbekämpfung besitzt, Krankheiten ebenso wie das wildwuchernde Wachstum bekämpft. So schafft auch die menschliche Intelligenz Ordnung in den Belangen des inneren Lebens. Man braucht sich bloß Goethes Ausspruch vor Augen zu halten: »In der Beschränkung erst zeigt sich der Meister.« Raum zu schaffen für Gott und für den Nächsten, den Er mir anvertraut, bedeutet also, zunächst unter meinen eigenen Impulsen und spontanen Neigungen und Gelüsten Ordnung zu machen. Für Augustinus ist derjenige Mensch tugendhaft, der es vermag, den Objekten seiner Liebe und Zuneigung den Platz zuzuweisen, der ihnen nach Wert und Bedeutung zukommt, und zwar nicht nur mit Worten, sondern vor allem auch mit der Art, wie er sich verhält.

Virtus est ordo amoris (Tugend bedeutet, Ordnung in seinem Liebesleben zu schaffen) – oder salopper gesagt: »First things first.« Aber natürlich ist es auch von ganz großer Bedeutung zu wissen, wem oder welcher Sache, welchen Aktivitäten man vorrangig den größten Teil der eigenen Zeit und Aufmerksamkeit schenken wird.

Wer also entscheiden oder wählen muß zwischen dem, was wesentlich ist und dem, was weniger wichtig ist, muß »Maß« halten können in den weniger wichtigen Dingen, selbst wenn sie manchmal reizvoll oder gar verführerisch sind. Für den gläubigen Menschen ist Gott immer die erste Wahl. »Du sollst neben mir keine anderen Götter haben«, lautet das erste Gebot. Im Vergleich mit Gott, dem Absoluten, wird alles andere »relativ«. Oder wie Jeanne d'Arc sagte: »Mein Herr Gott ist der Erste, dem ich diene.«

Es gibt aber noch einen weiteren Grund dafür, daß Maßhalten für uns Christen von so großer Bedeutung ist.

Die Talente und Gaben, die Gott jedem einzelnen von uns verliehen hat, bedürfen sorgfältiger Pflege. Sie müssen sich entwickeln und Früchte tragen können. Die Sorge um unser leibliches und seelisches Wohl verpflichtet uns zu einer gewissen Askese. Wir sehen von vielen Dingen ab oder machen nur spärlich Gebrauch davon. Wenn man eine wichtige oder gar entscheidende Wahl zu treffen hat – zum Beispiel Heirat, Kindererziehung, eine künstlerische Karriere oder eine gesellschaftliche Verantwortung – muß man die eigenen Gaben, die eigene Begabung, so rein wie möglich erhalten und unter Verzicht auf so viel anderes zum richtigen Einsatz bringen.

Unser inneres Leben – und ganz besonders das stille Gebet – verlangt, daß wir von vielen Dingen, die an sich durchaus ihren eigenen, hohen Wert besitzen, nur maßvoll, also zurückhaltend, Gebrauch machen. Nur allzu leicht könnten sie ja unsere Aufmerksamkeit von den wesentlichen Dingen ablenken. Wer sich auf das konzentrieren will, was er für wertvoll hält, wird sich nicht unbegrenzt anderen, zweitrangigen Dingen zuwenden, die sich ihm ganz spontan anbieten und die sehr reizvoll sind. Konzentration setzt totale Aufmerksamkeit voraus. »Die kleinen Vergnügungen verderben die großen Freuden«, sagte einst Bourbon Busset.

Ein anonymer Mystiker schreibt in »Le nuage de l'inconnaissance« (Die Wolke der Ignoranz): »Vor Gott ist nicht das von Bedeutung, was ihr seid oder was ihr einst gewesen seid, sondern das, was ihr euch *sehnt* zu sein. Das Leben eines guten Christen ist eben dies: eine heilige Sehnsucht.« In der Tat erweist sich die tiefste Sehnsucht im Menschen als entscheidend für seine geistige Existenz.

Gleichwohl verlangt es oberflächlich veranlagte Menschen immer wieder nach so vielen unterschiedlichen Dingen, daß für ihre tiefste, heimlichste Sehnsucht weder Zeit noch Raum übrigbleibt. Anders gesagt: Sie »drosseln« ihr tiefstes Verlangen so sehr, daß es ihnen unbewußt bleibt. So wird ihnen niemals deutlich, was eigentlich zum Allernotwendigsten gehört. Ein solcher Mensch ist wie ein verwöhntes Kind: Im Grunde weiß er gar nicht, was er wirklich will. Das Leben hier auf Erden ist letztlich eine lange Reise der Initiation, in deren Verlauf man lernt, sich dem Wesentlichen, also Gott, zu nähern. Um diesem Ziel wenigstens ein bißchen näher zu kom-

men, darf man seinen seelischen Hunger nicht mit Leckerbissen verwöhnen. Auch hier ist es also geboten, das Maß zu halten in dem, was weniger wichtig oder sogar bedeutungslos ist und dennoch unsere Aufmerksamkeit ununterbrochen reizt.

In seinem Buch über »die geistliche Begleitung« schreibt der Abbé André Louf, daß jeder Mensch im tiefsten Grund seines Seins ein Verlangen nach Gott erlebt. Und dies ist kein »menschliches« Verlangen, das aus dem psychologischen Hintergrund eines Menschen stammt, sondern eine Art Magnetismus oder Anziehung, die sich durch den Geist Gottes in der menschlichen Seele realisiert.

Diese tiefste – wenn auch oft unbewußt bleibende – Sehnsucht jedes menschlichen Wesens ist also nach André Louf das Ergebnis des Wirkens und Lebens Gottes in uns. »Die tiefste Sehnsucht jedes einzelnen Menschen ist die Sehnsucht Gottes nach ihm, also der Heilige Geist, von welchem Christen glauben, daß er in jedem menschlichen Wesen wirksam ist.« Nach Louf besteht »der Unterschied zwischen den Geistern« darin, wie kritisch sie prüfen, welche unserer Impulse, Neigungen und Sehnsüchte wahrhaftig von Gott kommen und welche nicht.

Die geistige und seelische Entfaltung des Menschen deckt sich also letztendlich mit dem, was sich Gott für diesen Menschen erträumt hat; also mit dem, wozu er ihn berufen hat und wofür er ihm auch die Talente verliehen hat, deren er dazu bedarf. »In jenen Menschen, die ganz darauf verzichtet haben, ihre eigenen Sehnsüchte zu verzetteln, lebt allein der Wille Gottes und gibt sich zu erkennen als das Grundmuster der Liebe Gottes zu seinem Geschöpf.« Damit besteht die wichtigste Aufgabe des geistlichen Begleiters darin, den frommen Menschen zu lehren, auf das Tiefste zu hören, das in ihm lebt, in ihm gegenwärtig ist – also sein Hungern und Dürsten nach Gott. Der geistliche Begleiter lehrt seinen Schüler, auf die tiefsten Regungen seiner Seele zu horchen, weil diese von Gott selbst in ihn hineingelegt wurden. Er zeigt seinem Schüler, wie er aus der Masse der Sehnsüchte, Bedürfnisse und Motivationen, die in ihm leben, sein allertiefstes – und zugleich allerheimlichstes – Verlangen erkennen kann – das Verlangen nach Gott.

Aber dieses Horchen, Erfühlen, Gehorchen setzt regelmäßige Zeiten der Stille und der Besinnung voraus, den zeitweiligen Rückzug vor dem, was uns jeden Tag fesselt, in seinen Bann schlägt, besetzt: »das Maß halten« – in all unseren Wünschen, Sehnsüchten, spontanen Unternehmungen. Wer Gott in seinem tiefsten Innern begegnen will, muß auf viele oberflächliche Interessen und Wünsche verzichten. Meister Eckhard sagt einmal: »Wenn ein anderer als Jesus zu der Seele sprechen will, wird Jesus stumm, als ob er sich nicht mehr heimisch fühlte. Und wirklich ist er nicht mehr zu Hause in dieser Seele, denn sie nimmt fremde Gäste auf, um sich mit ihnen die Zeit zu vertreiben ...«