

Gelassenheit - eine wichtige Tugend

- von Pater Lic. Daniel Eichhorn FSSP -

Mit dem rechten Maß an Herzensruhe gehen wir Menschen entspannter, freudiger und tugendhafter unseren Weg der himmlischen Heimat entgegen.

Bekannt sind die Worte des heiligen Augustinus: *„Unruhig ist unser Herz, oh Herr, bis es ruht in Dir.“* Bereits ein kurzer Blick in die Hl. Schrift, in die Geschichte des Christentums und in unser eigenes Leben zeigt uns, welche zentrale Bedeutung der Gelassenheit zukommt. Nur wenn in den Herzen der Menschen Ruhe und Friede — Friede in Gott — herrschen, besteht auch die Chance auf Frieden in der Welt.

Diese rechte Gelassenheit besteht im rechten Abstand gegenüber allen Dingen, Personen und Ereignissen, so daß diese dem Menschen nicht die innere Ruhe und Ausgeglichenheit rauben. Wird dieser notwendige Abstand zu den Dingen jedoch übersteigert, so liegen „Lässigkeit“ oder „Nachlässigkeit“ als falsche Haltungen zu Grunde. Die Gelassenheit ist zunächst keine entspannte Stimmung, keine Emotion, und sie hat ihren eigentlichen Sitz zunächst auch nicht im Gefühl. Vielmehr ist sie eine echt christliche Tugend, und damit sitzt sie im Verstand und im Willen. Von dort aus entfaltet diese Tugend aber ihre entspannende Wirkung auf den ganzen Menschen.

Der im christlichen Sinn „gelassene“ Mensch gründet seine ganze Existenz in Gott und seinem Willen. Daher bemüht er sich, die Prüfungen des Lebens nicht allzu schwer zu nehmen. Dieses tugendhafte Verhalten kann dann im besten Fall auch das „Herz“ d.h. das Gemüt und die Gefühle beruhigen und auch diese zu gelassener Stimmung führen. Daß dies jedoch nicht immer gelingt, sehen wir an der Gestalt des heiligen Hiob im Alten Testament. Die Tugend der Gelassenheit hatte er — die Ruhe des Herzens aber nicht. Der Mann aus dem Lande Uz konnte das Übermaß seiner Leiden kaum ertragen. Der Verlust seiner Söhne und Töchter, seines ganzen Besitzes und seiner Gesundheit brachten sein Gemüt an den Rand der Verzweiflung. Und dennoch handelte er tugendhaft, denn letztlich rang sich sein glaubensstarker Verstand zur Ergebung in Gottes Willen, d.h. zu einer gewissen Gelassenheit durch. Er beehrte nicht gegen Gott auf, vielmehr schenkte er uns die gleichsam klassische Formel der Gelassenheit:

- *„Der Herr hat es gegeben, der Herr hat es genommen; der Name des Herrn sei gepriesen.“* (Hiob 1,21)

Daher fährt der Verfasser mit der Bemerkung fort:

- *„Bei alledem sündigte Hiob nicht und legte Gott nichts Törichtes zur Last.“* (1,22)

Hiob läßt sich nicht beirren.

- *„Wenn wir das Gute von Gott annehmen, warum nicht auch das Unheil?“ Bei all dem sündigte Hiob nicht mit seinen Lippen.“* (2,10)

Beim Propheten Jesaja lesen wir Gottes Weisung:

- *„Denn so spricht der Herr Jahwe der Heilige Israels: In Umkehr und Gelassenheit liegt euer Heil, im Stillesein und Vertrauen ruht eure Stärke“* (Jes 30,15).

Gemäß dem 45. Psalm ist die Erkenntnis Gottes Frucht der Ruhe des Herzens: „seid gelassen und seht, daß ich Gott bin.“ Gelassenheit, Gleichmut, Abgeklärtheit, Herzensruhe oder auch „Indifferenz“ bezeichnen in etwa dieselbe Haltung.

Das Neue Testament zeigt entsprechende Ereignisse: Die selige Jungfrau Maria gerät nicht in Verwirrung, als ihr plötzlich die eindrucksvolle Gestalt des Engels Gabriel gegenübertritt. Zudem nimmt sie von ihm die Botschaft der himmlischen Erwählung zur Gottesmutterschaft in gottergebener Gelassenheit und im Vertrauen an. Demgemäß strahlen die Gemälde und Statuen der heiligen Jungfrau, die das Jesuskind liebevoll in ihren Armen birgt, traute Innigkeit und ruhige Abgeklärtheit aus. Solche Ergebung in Gottes Willen und entsprechend gelassenes Verhalten zeigte der gerechte Joseph in jenen Stellen, die uns die Heilige Schrift über ihn berichtet. Das ihm undurchdringliche Geheimnis der Geburt Jesu akzeptiert er in tiefer Ergebung in Gottes Vorsehung.

Die Christen und vor allem die Heiligen aller Zeiten haben am Beispiel Jesu und der heiligen Familie Maß genommen. Der hl. Franziskus (13. Jahrhundert) war in seiner übergroßen Christusliebe ein stets fröhlicher Mensch — der „Bruder Immerfroh“ —, weil seine Ergebung in den Willen Gottes sein Herz mit tiefer Freude und Gelassenheit erfüllte.

Rund dreihundert Jahre später lebte auf der spanischen Halbinsel der heilige Ignatius von Loyola. Rasch nach seinem Hinscheiden wurde von seinem Antlitz — mit Hilfe eines Abdrucks — eine Totenmaske gestaltet. So ist uns gleichsam das Antlitz dieses großen Gottesmannes erhalten geblieben. Später haben Künstler anhand dieses Abdrucks Gemälde mit dem Antlitz des baskischen Heiligen angefertigt, die ihn mit offenen Augen, d.h. als Lebendigen zeigen. Das Gesicht des Heiligen strahlt tiefe Ruhe und Sanftheit, Ergebenheit und Gelassenheit aus. Ein Mensch, der mit Gott, mit sich selbst und seinem Umfeld im reinen ist. Tatsächlich könnte man die Tugend der Gelassenheit besonders dem heiligen Ignatius zuordnen und ihn als den „Heiligen der Gelassenheit“ beschreiben. Sein schmales Buch über die geistlichen Übungen legt viel Wert auf das, was er auf Spanisch „indiferencia“ nennt. Die „Indifferenz“ oder Gelassenheit gegenüber allen Dingen, Personen und Ereignissen war ein Grundpfeiler seiner Spiritualität. Dies wird in folgender Begebenheit sichtbar: Einen großen Teil seiner Lebenszeit hatte er für die Ausbreitung des Reiches Gottes investiert, indem er die „Gesellschaft Jesu“ (Jesuitenorden) gründete und sich voller Hingabe mit all seinen Kräften um ihr äußeres Wachstum und ihr inneres Reifen sorgte. Doch Ignatius bezeugt: Wenn all diese Arbeit, sein ganzes Lebenswerk, in einem Augenblick zunichte wäre, so genügte ihm eine Viertelstunde vor dem Allerheiligsten, um wieder vollkommen zur Ruhe zu gelangen, um wieder ganz zur „indiferencia“ zurückzukehren, d.h. um wieder völlig gelassen in Gottes Frieden zu ruhen. Welch ein Vorbild christlicher Herzensruhe! Wer von uns könnte solche Gelassenheit von sich behaupten?

Wie bereits mehrfach angedeutet, ist eine solch erstaunliche „Indifferenz“ gegenüber allen Geschöpfen und Ereignissen nur durch vollkommene, konsequente Ergebung in Gott und seinen Willen möglich. Ignatius stellte seine Gedanken, Worte und Handlungen unter das Gericht des Todes. Er empfahl, wichtige Entscheidungen im Hinblick auf die Frage zu fällen: Was werde ich in der Todesstunde darüber denken? Wie würde ich mich da entscheiden? Denn im Angesicht des Sterbens zählen nur noch die Wahrheit, das Gute und das Wesentliche. Auf diese Weise erwarb sich der Heilige seine schier unbegreifliche Abgeklärtheit. Sein ganzes Lebenswerk hatte er letztlich keineswegs für die Gesellschaft Jesu als solche, letztlich auch nicht für die Menschen und vor allem nicht für sich selbst und zu seiner eigenen Ehre vollbracht. Vielmehr stand ihm im ganzen und in jedem Augenblick der dreieine, allmächtige und barmherzige Gott vor Augen, seine Ehre und sein Wille. Wäre er vor den Trümmern seines Lebenswerkes gestanden, so hätte er sich doch — gleich Hiob — Gottes Willen zu eigen gemacht.

Somit scheint solche Gelassenheit in der Theorie recht einfach, doch in der Praxis wird es schwieriger. Das konkrete Leben zeigt uns schnell unsere Grenzen auf. Der Heilige macht hier den Unterschied. Aber auch unseren Mangel an Gelassenheit sollten wir in Gelassenheit ertragen und ihn Gott anvertrauen. Verbunden mit der Bitte, daß er ergänze, was uns zur Fülle rechter Gelassenheit noch fehlt. Wer aufmerksam die Lebensbeschreibungen und die Aussprüche der Seligen und Heiligen der Kirche liest, wird merken: Im Grunde begegnet uns diese christliche Abgeklärtheit auf Schritt und Tritt. Auch das bekannte Gebet des seligen Rupert Mayer — ein „Sohn“ des heiligen Ignatius — offenbart die Grundhaltung einer tiefen Gelassenheit, die aus der Demut vor Gott und dem Vertrauen in Gott stammt. Denn im Blick auf den heiligen Ignatius, auf Franz von Sales, Don Bosco und Johannes XXIII. und viele andere Heilige wird erkennbar, daß solche gelassene Abgeklärtheit letztlich in der Tugend der Demut gründet. Die wahre, tiefe Demut ruht völlig in Gott und seinem heiligen Willen, sie vertraut Gott vollkommen und erwartet daher alles, restlos alles von ihm — und nichts von sich selbst und von der eigenen Leistung. Handeln, sprechen und reagieren wir künftig wieder etwas ruhiger und gelassener.

- *„Lernt von mir, denn ich bin sanftmütig und demütig von Herzen.“ (Mt 11,29)*

Der Weg dahin liegt in der demütigen Ergebung in Gottes Willen:

- *„Der Herr hat gegeben, der Herr hat genommen; der Name des Herrn sei gepriesen.“*