

bar? allen? nur Johannes und Jesus?; wann geschah es? beim Heraussteigen? beim Gebet? –, würde nicht nur die Meditation zerstören, sondern sich auch den Zugang zur Hl. Schrift verstellen.

Man sollte zuerst einfach mit je einem Evangelisten auf Jesus blicken. Von jedem der vier fällt neues Licht auf ihn. Hier wurden nur einige Züge herausgestellt:

Bei *Markus* die Dramatik der Menschwerdung; Jesus, dessen Berufung wir, die Meditierenden kennen, bleibt unerkannt; geht in das letzte Nicht-Erkanntsein des Kreuzes hinein; und dort erst erhält die Stimme der Taufe ihre Antwort von einem Menschen, von einem der Häscher: Dieser Mensch war in Wahrheit Gottes Sohn!

Bei *Mattäus* ist es der Gehorsam: Es muß alles, wie es geziemt, vollbracht werden. Aber gerade im Gehorsam bis ins letzte, bis zum Jota des Gesetzes, wird das Gesetz, die alte Wasser-Taufe, aufgehoben und Jesus vom Geist getauft. Die in Jesus liegende Spannung zwischen dem alten Gesetz und dem neuen Bund ist die Spannung des Menschen, der in Gott aufgenommen ist.

Bei *Lukas* klingt alles versöhnlicher, menschlicher, intimer. Aber er spannt nun den geschichtlichen Bogen, vom Geist, der in der Menschwerdung Maria beseelte, über den Geist, den Gott seinem Sohn schenkte, bis zum Geist, der zu Pfingsten die Schar der Apostel zur jungen Kirche machte.

Mit *Johannes* aber werden wir in das innergöttliche Gespräch hineinversetzt, das von Anfang an zwischen Vater und Sohn im Geist geschah; das nun, in Jesus, sichtbar und hörbar wurde für uns Menschen. Der Täufer ist Zeuge dafür, daß Begegnung mit Jesus heißt: in sein Geist-Gespräch mit dem Vater hineingezogen sein.

Das Entdecken und die Erfahrung von vielen anderen Besonderheiten und Gemeinsamkeiten gehört zur Freude der Meditation. Und in aller Vielheit wird die Gestalt des einen sichtbarer und leuchtender –, des einen, dessen Meditation Begegnung mit Gott und menschliche Identität bringt. Es ist der eine Jesus. Und so fließt der Reichtum der Meditation zusammen zu dem Bild dessen, nach dem Gott einen jeden von uns geschaffen hat. Meditation der Schrift heißt, die Züge dieses Bildes neu entdecken und in diesen Zügen die eigene menschliche Identität erfahren.

Josef Sudbrack SJ

## Minderwertigkeitsgefühle und Demut

Minderwertigkeitsgefühle sind keineswegs wesentlich für die Demut. Eher könnte man das Gegenteil sagen: Mit echter Demut vertragen Minderwertigkeitsgefühle sich nicht oder doch nur schlecht; wo sie vorliegen, gibt es andauernde Spannungen. Es läßt sich aber nicht leugnen, daß Minderwertigkeitsgefühle im endothymen Grund des Menschen so tief und, vielleicht infolge nachhaltiger Kindheits-

erlebnisse, so fest verwurzelt sein können, daß auch eine echte Demut nur langsam und schwer über sie Herr werden kann. Im übrigen muß man zwischen aktuellen und habituellen Minderwertigkeitsgefühlen unterscheiden.

Im ersten Fall erfährt der Mensch sich selber als Unterlegenen, Beeinträchtigten, Zurückgestoßenen, Vereinsamten, z. B. bei Mißerfolg, bei einer Bloßstellung, in einer momentanen Eifersucht. Auch in der religiösen *Reue* können Minderwertigkeitsgefühle mitsprechen. Sicher erlebt der Mensch im *Schuldbewußtsein* etwas von einem aktuellen Minderwertigkeitsgefühl. In manchen Fällen scheint es sich zunächst um eine Gefühlsreaktion zu handeln, in der der Mensch auf eine Verletzung des Geltungsdranges reagiert. Das eigentliche Minderwertigkeitsgefühl bezieht sich aber, wie das Wort andeutet und eine eingehende Analyse bestätigt, nicht so sehr auf das *Geltungsgefühl* des Menschen, sondern ist ein Gefühl der *Werteinbuße*, bei anderen und vor allem in der eigenen Selbstbewertung. Man muß daher im Gegensatz zum allgemeinen Sprachgebrauch Minderwertigkeitsgefühle sehr wohl unterscheiden vom bloßen Gefühl der Schwäche, der Benachteiligung, der sozialen oder intellektuellen Unterlegenheit, einer mangelnden Durchsetzungsfähigkeit. In diesen Fällen mag durchaus ein asthenisches Eigentumtgefühl vorliegen, also ein Gefühl der Ohnmacht. Damit ist zwar häufig, aber nicht notwendig, ein echtes *Minderwertigkeitsgefühl* gegeben, ein Gefühl der *wertmäßigen* Unterlegenheit. Eine Verstärkung des Minderwertigkeitserlebnisses, der Herabminderung des eigenen Wertes, ist die Scham, bei der andere die Mitwisser unserer Minderwertigkeit geworden sind. In dem charakterologisch sehr komplexen Phänomen der *Selbstverachtung*, die ohne starke Minderwertigkeitsgefühle nicht zu erklären ist, oder auch in der *Reue* spricht das Motiv des Geltungsdranges kaum noch mit: Der eigene Wert ist vor uns selber und unabhängig von dem, was andere dazu sagen, gemindert oder wird eventuell als zerstört betrachtet.

Sodann das Minderwertigkeitsgefühl als habituelle Gestimmtheit. Wir meinen damit den stationären Hintergrund, vor dem und aus dem heraus aktuelle Erlebnisse der Minderwertigkeit sich abspielen, soweit sie nicht durch die momentane Situation bestimmt sind. Dieser Hintergrund kann etwa sein: ein bleibender körperlicher Mangel, soziale Benachteiligung wie Armut, Herkunft aus sogenannten niederen Verhältnissen, Scheitern im Berufsleben. Auch Unehelichkeit verursacht in vielen Fällen eine nicht leicht zu verkraftende habituelle Gestimmtheit der Minderwertigkeit. Man identifiziert sich mit den Eltern oder dem Elternteil, bei dem man eine sittliche Minderwertigkeit festgestellt hat oder meint, feststellen zu müssen. Bei Eheleuten, vor allem bei der Frau, kann Kinderlosigkeit der stationäre Hintergrund sein, aus dem heraus Minderwertigkeitsgefühle verschiedenster Formen entstehen, die sich durch gespannte Situationen des partnerschaftlichen Verhältnisses der Eheleute noch verstärken können. Mangelnde Intelligenz, schlechte Umgangsformen, manifestes oder schleichendes *Schuldbewußtsein* und vieles andere sind seelische Untergründe, die ein Minderwertigkeitsgefühl als habituelle Grundstimmung des Lebens begünstigen oder erst entstehen lassen. Aus all dem sieht man, daß Minderwertigkeitsgefühle mit der wahren und echten Demut phänomenologisch nichts zu tun haben, eigentlich ihr durch-

aus entgegengesetzt sind: genetisch und auch erlebnismäßig bestehen hier große Unterschiede.

Wenn wir den Vergleich zwischen Minderwertigkeitsgefühlen und Demut einen Schritt weiterführen wollen, dann sind die *Auswirkungen* von Minderwertigkeitsgefühlen und von Demut näher ins Auge zu fassen und einer Analyse zu unterziehen. Der Mensch, der von Minderwertigkeitsgefühlen geplagt, davon vielleicht beherrscht wird, verfällt leicht in ein Ressentiment: in das bohrende, ständig erneuerte Gefühl der inneren Auflehnung gegen jede Wertminderung, die er als solche erfährt oder von der er meint, sie sei ihm von den Verhältnissen zugefügt oder von Mitmenschen aufgezwungen worden. Im Minderwertigkeitsgefühl, soweit es in Ressentiment umgeschlagen ist, sind sehr zu beachten der Groll und die Racheimpulse: man muß sie als wesentliche Bestandteile des Ressentiments ansehen. In der Demut hingegen gibt es nicht jene innerlich bejahte und genährte Auflehnung gegen Erlebnisse von wirklichem oder vermeintlichem Unrecht. Das schließt nicht aus, daß auch bei einem demütigen Menschen Impulse zu dieser Auflehnung, zu Groll und auch zur Rache auftreten; vielleicht können diese Impulse erst nach langer Zeit der Besinnung, der Selbstdisziplin und der Selbstprüfung aufgelöst oder zur Ruhe gebracht werden. Aber der demütige Mensch, der sich an Christus und seinem Beispiel orientiert, ist von sich aus, von seiner religiösen Gesinnung her, bereit, u. U. auch Unrecht auf sich zu nehmen. Große Heilige wie Franziskus und Ignatius von Loyola hatten sogar ein Verlangen, um ihres Herrn willen und um ihm ähnlicher zu werden, Unrecht Zurücksetzung, Unbeachtetbleiben und Verachtung zu erdulden. Von ihren Jüngern forderten sie wenigstens die Bereitschaft dazu, jedenfalls dann, so fügt Ignatius von Loyola hinzu, wenn solche Situationen sich ergeben, ohne daß man selber dazu einen Anlaß gegeben hat. Der nur natürlich denkende Mensch verarbeitet seine Minderwertigkeitsgefühle u. U. durch den Rückzug in Resignation und im Verzicht auf den Wert- und Geltungsanspruch, der seiner Begabung und seinen Anlagen entsprechen würde; er mag dadurch einen Modus vivendi finden, der sein Berufsleben kaum beeinträchtigt. In der Demut hingegen ist der Mensch sehr wohl durchdrungen von dem Bewußtsein seiner kreatürlichen und auch persönlichen Beschränktheit. Er erkennt diese Beschränktheit und die Grenzen, die ihm damit auferlegt worden sind, vielleicht nicht ohne innere Kämpfe, aber er beugt sich in religiöser Haltung unter sie. Er nimmt auch die sozialen und beruflichen Konsequenzen auf sich, die mit seinen Begrenzungen und Beschränkungen verbunden sind, jedenfalls im Prinzip. Dabei kann der Prozeß, in dem der Mensch zur Höhe solcher Vollkommenheit in Demut und im Sich-Beugen unter Gottes mächtige Hand, wie es im ersten Petrusbrief (5, 6) heißt, durchaus eine Zeit der inneren Kämpfe, des Sichbesinnens, der Rückfälle, des Aufstehens und des Weiterschreitens einschließen und sich eventuell über Jahre hinziehen, ohne daß der Gedanke der Nachfolge des demütigen Herrn, auch in seinem Kreuztragen, aus dem Blick gerät.

Ein weiterer Unterschied zwischen Minderwertigkeitsgefühl und Demut findet sich darin, daß im Minderwertigkeitsgefühl oft die Tendenz zur *Überkompen-sation* begegnet – auf diesem Faktum hat Alfred Adler seine Individualpsycho-

logie aufgebaut –, die der Demut völlig fern liegt. Die Übercompensation wird speziell deswegen vollzogen, weil der unter Minderwertigkeitsgefühlen Leidende meint, auf diesem Wege die Achtung der Umgebung wiederzuerlangen, die ihm, wie er glaubt, verloren gegangen ist. Es handelt sich dabei nicht eigentlich um ein Streben nach höheren Werten, sondern um das *Geltungsstreben*, eventuell die *Geltungssucht*. Und eben diese Geltungssucht, dieses übertriebene Streben nach Geltung findet sich nicht in der religiös begründeten Demut. In ihr sind derartige, oft sehr komplizierte und von der Umwelt vielfach durchschaute Manöver, zu Geltung und Achtung zu kommen, gar nicht zu erwarten; im Gegenteil, wenn der Mensch sich der Höhe dieser Demut in Angleichung an den gedemütigten Herrn nähert, vielleicht im Bewußtsein seiner wahren inneren Werte (ohne auf diese Werte viel zu reflektieren), sucht er die Zurücksetzungen, dieses Nichtbeachtetwerden, dieses Verkanntwerden in relativer Ruhe und Gelassenheit auf sich zu nehmen.

Fundamental für den Unterschied zwischen Minderwertigkeitsgefühlen und Demut ist endlich noch folgender Sachverhalt: Der Schwerpunkt der Selbstachtung liegt beim Minderwertigkeitsgefühl vielfach in dem, was andere über uns sagen, über uns denken, wie sie sich äußern, wie sie uns behandeln, bevorzugen oder zurücksetzen. Bei der Demut dagegen liegt der Schwerpunkt in der erfahrenen Nichtigkeit vor Gott, der sich unser dennoch erbarmt und seiner Liebe würdigt. Was das bedeutet, hat Christus uns verkündet und vorgelebt. Seine Demut vor Gott, in der Annahme seines Geschickes, bis zu Verspottung und Tod, setzte sich fort und bezeugte ihre Echtheit in der Demut vor den Menschen, im Dienst der Erniedrigung, wie er in der Fußwaschung und in der Schmach des Kreuzestodes um unsererwillen seinen ergreifendsten Ausdruck fand. „Ein Beispiel gab ich euch, damit so, wie ich euch tat, auch ihr tut“ (Joh 13, 15).

Man kann natürlich nicht leugnen, und die Erfahrung beweist es immer wieder, daß echte Demut mit den oben aufgezeigten religiösen Konsequenzen nicht nur moralisch, sondern auch psychologisch nicht leicht zu realisieren ist. Im Streben nach Demut liegen auch Gefahren, auf die Selbstreflexion und geistliche Führung zu achten haben. Etwa die Gefahr, Demut mit Minderwertigkeitsgefühlen und deren Erscheinungsweisen zu verwechseln; oder ein auf dem Wissen um die einem mitgegebenen Gaben aufruhendes natürliches Selbstwertbewußtsein schon als Stolz anzusehen. Weiterhin könnte es sich unheilvoll auswirken, nicht darauf hinzuweisen, daß Anerkennung und Bestätigung durch die Umwelt ein soziologisch und im allgemeinen auch psychologisch bedeutsamer Faktor im menschlichen Leben sind. Besonders für das Kind sind Annahme und Bestätigung durch die Eltern und andere Kontakt Personen so unerlässlich, daß ohne deren genügende Erfahrung schwere Entwicklungsschäden eintreten. So könnte man noch auf andere Gefahren bei der Anleitung zur Demut oder dem religiösen Streben danach hinweisen. Es kam uns aber hier auf ein „idealtypisches“ Herausarbeiten des Gegensatzes von Demut und Minderwertigkeitsgefühlen an.

Noch ein Letztes: Der christlich motivierte demütige Mensch identifiziert sich mit dem leidenden und gedemütigten Christus. Er muß sich dabei aber bewußt sein, daß darin nicht das Ganze der Christusnachfolge besteht und darf sich nicht

in eine Art von Passivität zurückdrängen lassen. Die christliche, am Willen und an den Plänen Gottes und an den Aufgaben seines Reiches ausgerichtete Demut kann und muß durchaus eine starke innere Dynamik in sich schließen und sich kraftvoll und selbstlos einsetzen für Gott, für die Aufgaben und die Werte seines Reiches. Erst so gibt der demütige Mensch in besonderer Weise Zeugnis für Christus den Herrn und leistet auf dem Weg innerer Selbstgestaltung in Beruf und Arbeit einen Beitrag für die Glaubwürdigkeit der christlichen Botschaft in unserer Zeit.

### Anmerkungen

Über Minderwertigkeitsgefühle vgl. P. Häberlin, *Minderwertigkeitsgefühle, Wesen, Entstehung, Verhütung, Überwindung*, Zürich 1974; ferner die charakterologischen Analysen bei Ph. Lersch, *Aufbau der Person*, München 1970. – Zur Individualpsychologie vgl. E. Wexberg, *Individualpsychologie*, Nachdr. Darmstadt 1976; A. Adler: *Praxis und Theorie der Individualpsychologie* (Fischer Taschenbuch), Frankfurt 1974; sowie *Menschenkenntnis* (Fischer Taschenbuch), Frankfurt 1974. – Über Demut vgl. O. Schaffner, *Christliche Demut. Des hl. Augustinus Lehre über die Humilitas*, Würzburg 1959.

Leonhard Gilen SJ

## BUCHBESPRECHUNGEN

### Gebet und Meditation

*Deissler, Alfons: Ich bin dein Gott, der dich befreit hat. Wege zur Meditation über das Zehngebot. Freiburg-Basel-Wien, Herder 1975. 144 S., kart. DM 11,80.*

Biblische Meditationen „sind nicht leicht und schnell zu haben“, heißt es im Vorwort. Der Vf. hält Wort. Aber es liegt nicht an ihm, sondern an der Geschichtlichkeit des Offenbarungswortes insgesamt und an tief sitzenden Mißdeutungen des Dekalogs insbesondere, daß die Lektüre keinen „Kopfsprung“ in geistliche Erfahrung erlaubt, sondern behutsam-geduldiges „Ersteigen“ und „Erwandern“ einer Höhe abfordert, die dann freilich die Mühe reichlich belohnt.

Nirgends verläuft sich der Freiburger Exeget in billig zurechtbiegendes Aktualisieren, ebenso wenig aber in trockenes Dozieren bibel-theologischer und historischer Fakten. Er über-setzt, indem er zunächst sich und seine Leser an das Ufer des Bibelwortes über-setzt (23), eine leider nicht immer beachtete, unerlässliche Spielregel. – Ebenso bemerkenswert die inhaltliche Erschließung des Zehngebots als Frohbotschaft (Evangelium): nicht kommandierend, sondern befriedend wendet Gott sich seinem Volk zu, daß es sich im Gehen der gewiesenen Wege als ganzes wie in jedem seiner Glieder verwirkliche. „Mehr-Mensch-Werden“ auf dem Fundament des „Ich bin dein Gott, der dich befreit hat“, das ist nach Deissler Sinn und Ziel des