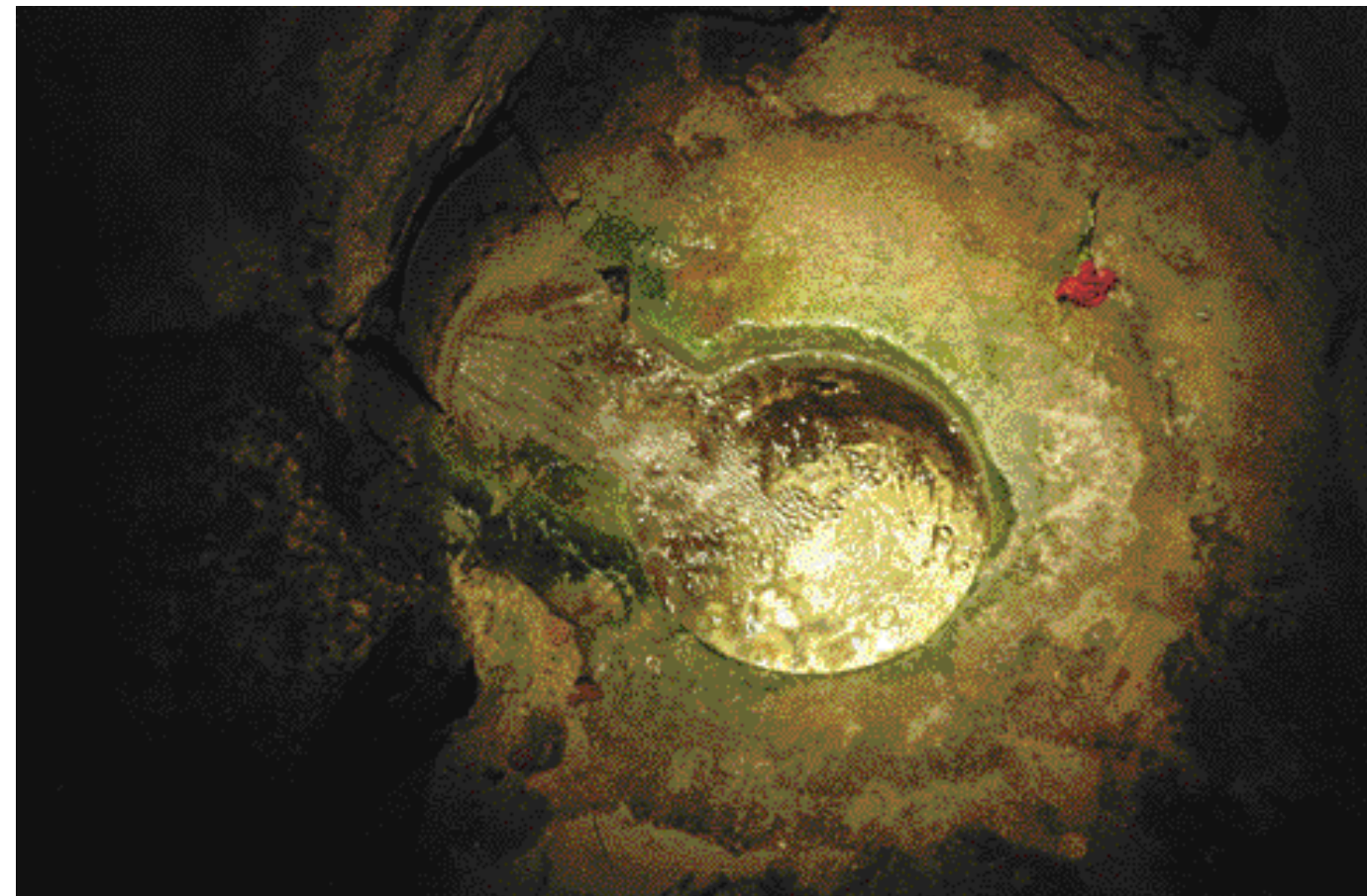




## Leidenschaften und Gefährdungen

### Sieben Todsünden



**In der Tiefe**  
fließt das Wasser des  
Lebens. – wie hier in  
einem uralten  
Brunnen, der in der  
Heimatstadt Jesu – in  
Nazareth – freigelegt  
wurde.

KIZMF

#### GEBET

Barmherziger und guter Gott.  
Du kennst mich mit allem,  
was in mir ist.  
Befreie mich von meiner Angst  
vor mir selbst.  
Befreie mich von der Gefährdung der  
Hybris, damit ich in deiner Liebe  
wahre Freiheit spüre, die Freiheit,  
der sein zu dürfen, der ich bin.  
Ich danke dir für deinen Sohn,  
der vom Himmel herabgestiegen ist,  
damit ich den Mut finde, vom Thron  
meiner Selbstverherrlichung  
hinabzusteigen  
in die Tiefen meiner Menschlichkeit.  
So lass mich in diesen Tagen der  
Fastenzeit deinem Sohn immer  
ähnlicher werden,  
mit ihm in die Tiefen meines  
Menschseins hinabzusteigen,  
um dann mit ihm auch aufzusteigen  
zu dir. Amen.



**Anselm Grün**

P. Anselm Grün ist Benediktiner der Abtei Münsterschwarzach. Bekannt ist er als Vortragender sowie als Autor zahlreicher vor allem spiritueller Bücher.

**Nächste Folge:**  
Neid und Eifersucht.

#### ÜBUNG

Überlege dir, wo du blinde Flecken hast.

Wo hast du Angst, dass andere deine Fassade durchschauen und deine Wirklichkeit erkennen, wie sie ist?

Setze dich vor ein Christus-Bild oder in eine Kirche, in der du dich wohlfühlst, und halte deine Wahrheit Christus hin.

Stelle dir vor, wie seine Liebe eindringt in all die dunklen Flecken, die du selber nicht gerne anschaust, dass das Licht Christi hineinleuchtet in die Kammern deines Lebenshauses, die du vor dir selbst und vor den Menschen bisher verschlossen hast.

Jesus sagt: „Nichts ist verhüllt, was nicht enthüllt wird, und nichts ist verborgen, was nicht bekannt wird“ (Mt 10,26).

Stelle dir vor, dass Christus alles in dir kennt, auch das, was du vor dir und andern verbirgst.

Aber Christus stellt dich nicht bloß. Er nimmt dich mit allem an, was in dir verhüllt ist. So hast du es nicht mehr nötig, es vor dir und vor Gott zu verhüllen.

Wenn du dich Christus hältst, wirst du eine tiefe innere Freiheit spüren.

Du brauchst deine Energie nicht mehr damit zu verschwenden, deine Fassade aufrechtzuerhalten. Du darfst sein, wie du bist.

### 1. Teil Hochmut oder Hybris

VON P. ANSELM GRÜN

# Aus den Abgründen meiner Seele

**Hochmut ist die Weigerung, sich in seiner eigenen Menschlichkeit anzunehmen. Der Mut zur Demut heilt.**

Bei den frühen Mönchen kommt der Hochmut am Ende der neun Gefährdungen des Menschen. Die Liste der Todsünden fängt mit der Hybris an. Was meint die Hybris? Es ist die Weigerung, sich in seiner ganzen Wirklichkeit anzunehmen. Ich habe ein so hohes Idealbild von mir, dass ich alles, was diesem Idealbild widerspricht, ausklammere. Ich bin blind für die blinden Flecken, für das, was hinter der Fassade steckt. Hochmut oder Hybris ist also weit gefährlicher als die Arroganz, mit der jemand nach außen hin auftritt, oder als der Stolz. Das deutsche Wort Stolz kann ja durchaus eine positive Bedeutung haben. Ich bin stolz auf das, was ich geleistet habe. Ich bin stolz auf meine Eltern, auf meine Gemeinschaft, auf meine Familie. Das ist ein gutes Gefühl.

**Blinde Flecken.** Hochmut ist jedoch die Weigerung, mich in meiner Menschlichkeit anzunehmen. Der Hochmut tut mir nicht gut.

Denn er spaltet mich. Ich lebe ständig in der Angst, dass die andern hinter meine Fassade schauen und all das in mir entdecken, was nicht so positiv ist. Jesus heilt den Blindgeborenen (Joh 9,1 - 6), indem er auf den Boden (humus) spuckt, einen Brei aus Dreck macht und ihn dem Blinden in die Augen schmiert. Er möchte ihm damit gleichsam sagen: „Du bist von der Erde genommen. Söhne dich mit deiner Erdhaftigkeit, mit deiner Menschlichkeit aus. In dir ist nicht nur das Reine. In dir ist auch Dreck. Auch damit musst du dich aussöhnen.“ Und dann befiehlt Jesus dem Blinden, er solle sich am Teich Schiloach waschen. Schiloach heißt der Gesandte. Er steht also für Jesus selbst. Man könnte sagen: In der Begegnung mit Jesus soll er fähig werden, sich so anzuschauen, wie er ist. Da verlieren seine blinden Flecken das Bedrohliche. Sie dürfen sein. Sie sind genauso angenommen von Gott wie seine hellen Seiten.

**Mut der Demut.** Die Heilung der Hybris ist also die Demut. Demut (humilitas) ist der Mut, hinabzusteigen in die Abgründe meiner Seele, in die Schattenseiten, die mein Mensch-

sein verdunkeln. Ich nehme mich an mit meiner Erdhaftigkeit und mit all den blinden Flecken, vor denen ich sonst die Augen verschließe.

C. G. Jung, der Schweizer Therapeut, versteht die Hybris als Inflation. Ich blähe mich mit Gedanken und Vorstellungen auf, die mir nicht entsprechen. Ich übersteige mein Maß. Ich werde maßlos in meinem Selbstverständnis. Und er sieht die Gefahr der Hybris darin, dass ich mich mit archetypischen Bildern identifiziere und auf diese Weise blind werde für meine Bedürfnisse, die ich dann unter dem Deckmantel des archetypischen Bildes auslebe. Wenn ich mich zum Beispiel mit dem Archetyp des Propheten identifiziere, wenn ich meine, ich wäre der Einzige, der sich heute die Wahrheit zu sagen traut, der sich mit allen Leuten anlegt, dann merke ich gar nicht, wie ich mein Machtbedürfnis ausagiere und wie ich mich hinter einer Fassade der Rechthaberei verstecke.

**Übergriff und Missbrauch.** Oder wenn ich mich mit dem archetypischen Bild des Heilers identifiziere, wenn ich also glaube, ich könn-

te die Menschen heilen, die mich um Hilfe bitten, dann merke ich gar nicht, wie ich mein eigenes Bedürfnis nach Nähe ausagiere. Das unbewusst ausagierte Bedürfnis tut dem anderen aber nicht gut. Es führt zu dem Phänomen, das wir heute bei vielen Berufsgruppen beklagen: dem Phänomen der Übergriffigkeit oder des sexuellen, emotionalen oder geistlichen Missbrauchs.

**Hinab zur Menschlichkeit.** Die Heilung des Hochmuts besteht darin, mich von meinen Idealbildern zu verabschieden und hinabzusteigen in die eigene Menschlichkeit. Dabei kann es eine Hilfe sein, die eigene Wahrheit Christus hinzuhalten und mit Christus gemeinsam hinabzusteigen in die Tiefen meines Menschseins, das milde Licht Christi auf meine Schattenseiten zu lenken, damit ich fähig werde, mich mit allem, was in mir ist, anzunehmen. Wenn ich mich annehme, wie ich bin, dann habe ich es nicht nötig, eine Fassade aufzubauen und mich vor anderen als perfekt und fehlerlos zu gebärden.