opusdei.org

# Bis zum Innersten der Person gelangen - die Rolle der Gefühle (I)

Manche Menschen stellen sich unter Bildung so etwas wie Bescheidwissen vor. Dieses Kon-zept reicht jedoch nicht aus, um zum Innersten des menschlichen Herzens zu gelangen. Dafür ist Bildung im Sinne vom Seinkönnen vonnöten. Denn die Zielsetzung ist hoch: sich ganz in das Geheimnis Christi hineinbegeben und zulassen, dass die Gnade uns allmählich Ihm gleichgestaltet.

31.12.2018

Jesus Christus ist die Liebe unseres Lebens, *nicht die größte von allen, sondern diejenige, die jeder anderen Liebe Sinn verleiht,* ebenso wie allen unseren Interessen und Vorlieben, allen Mühen und Initiativen, der Begeisterung und dem Ehrgeiz, die in unserem Herzen sind. So ist es für unserer geistlichen Leben wesentlich, *dass Christus im Mittelpunkt steht*[i]: Er ist der Weg, um mit dem Vater und dem Heiligen Geist verbunden zu sein, in Ihm enthüllt sich das Geheimnis, <wer der Mensch ist>[ii] und wozu er gerufen ist. Wer mit Christus durchs Leben geht, gelangt zu mehr Selbsterkenntnis und auch zu einem tieferen Verständnis des Geheimnisses seiner eigenen Person. Wenn wir also zulassen, dass Jesus die Mitte unseres Lebens ist, *dann*

*entdecken wir den menschlichen und christlichen Wert der verschiedenen asketischen Mittel neu und gelangen zum Innersten der menschlichen Person: dem Verstand, dem Willen, dem Herzen und seinen Beziehungen zu den anderen*[iii].

Die Person, *der wir näherkommen wollen*, das sind wir selbst und alle, denen wir in Freundschaft verbunden sind. Die Bildung, die wir empfangen und erteilen, soll den Verstand, den Willen und die Gefühle erreichen, ohne dass ein Aspekt am Rande bleibt oder *im Schatten* der anderen steht. In diesem Artikel nehmen wir vor allem die Bildung der Gefühlswelt in den Blick, wohl wissend, wie wichtig es ist, dass sie sich auf eine gute intellektuelle Bildung stützt. Wenn wir die Bedeutung einer ganzheitlichen Bildung erfasst haben, verstehen wir eher, wie wahr es ist, was der Hl.

Josefmaria damit meinte, dass Treue und Glück eins sind[iv].

## Sich bilden, um einszuwerden mit Christus

Bildung ist für manche Menschen identisch mit Wissen. Gut gebildet ist demgemäß jemand, der in seinem Leben solides theologisches, asketisches und berufliches Wissen erworben hat. Aber dieses Konzept genügt noch nicht. Wenn man zum Innersten eines Menschen vordringen will, muss es um die Bildung seines *Wesens* gehen. Wer gut ist in seinem Beruf, hat das know-how, das sein Beruf verlangt, aber er besitzt noch mehr: Er hat Gewohnheiten – Seinsweisen – entwickelt, die ihn befähigen, dieses Wissen und diese Technik anzuwenden. Es ist die Art und Weise, mit anderen umzugehen, sich auf die Arbeit zu konzentrieren, Pünktlichkeit, Ausdauer, auch das

Verarbeiten von Erfolg und Misserfolg.

Ähnlich heißt ein guter Christ zu sein, nicht bloß – gemäß der eigenen Stellung in Kirche und Gesellschaft – die Lehre über die Sakramente und das Gebet sowie die allgemeinen moralischen und beruflichen Richtlinien zu kennen. Es geht um ein viel höheres Ziel, nämlich einzutauchen in das Geheimnis Christi, seine Weite und Tiefe erkennen (s.*Eph* 3, 18), zulassen, dass Sein Leben in uns Gestalt annimmt, sodass wir mit dem hl. Paulus sagen können: **Nicht mehr ich lebe, Christus lebt in mir** (Gal 2, 20). Das heißt, ***alter Christus, ipse Christus***[v] werden, zulassen, dass die Gnade uns nach und nach umformt, um einszuwerden mit Ihm. Die Gnade wirken lassen ist nicht etwas rein Passives, es besteht nicht nur darin, ihr keine Hindernisse in den Weg zu stellen; denn der Heilige

Geist formt uns nicht ohne unsere freiwillige Mitarbeit um. Aber es genügt auch nicht, uns und unser Leben dem Herrn hinzugeben, Ihm unsere Entscheidungen und unser Handeln zu schenken, sondern es bedeutet auch, Ihm unser Herz zu schenken, unsere Gefühle, ja sogar unsere Spontaneität. Deshalb ist eine gute intellektuelle und doktrinelle Bildung unerlässlich, die das Denken prägt und Einfluss auf unsere Entscheidungen nimmt. Aber ebenso nötig ist es, Tugenden zu erwerben. Und genau darin besteht die Bildung.

Nicht selten begegnet man Leuten, die befürchten, das Bemühen um Tugenden könnte zu Voluntarismus führen. Aber das stimmt so nicht. Vielleicht steckt hinter dieser Befürchtung ein falscher Tugendbegriff, der hierin lediglich das Ergebnis von Willenskraft sieht. Man meint, wer einen starken Willen hat, könne das moralische Gesetz

erfüllen, auch wenn dies der eigenen Neigung widerspricht. Dies ist eine weit verbreitete Meinung, die dem Voluntarismus entstammt. Demnach bestünde die Tugend in der Fähigkeit, entgegen der eigenen Neigungen zu handeln, wenn das Sittengesetz es so verlangt. Darin steckt natürlich ein Körnchen Wahrheit, aber es ist eine verkürzte Sicht, die aus den Tugenden kalte Eigenschaften macht, die praktisch zur Verleugnung der eigenen Neigungen, Interessen und Gefühle führen und schließlich aus der *Gleichgültigkeit* ein Ideal machen würde. Als ginge es im inneren Leben und in der Hingabe darum, sich nicht mehr von dem angezogen zu fühlen, was den eigenen Entscheidungen hinderlich werden könnte.

Ein solches Verständnis von Bildung würde den Menschen nicht in seiner Ganzheitlichkeit sehen. Verstand,

Wille und Gefühle würden nicht gemeinsam wachsen, oder miteinander im Einklang stehen. Sie würden sich nicht gegenseitig unterstützen, sondern eine dieser Kräfte würde eine der anderen erdrücken. Die Entfaltung des inneren Lebens verlangt gerade diese Integration. Sie führt nicht dazu, Interessen und Gefühle zu verlieren und bezweckt nicht, dass uns innerlich nichts berührt, uns Wichtiges unwichtig wird, wir nicht mitleiden, uns nicht sorgen oder das Schöne nicht empfinden. Sie führt im Gegenteil dahin, das Herz zu weiten zu, es von einer großen Liebe erfüllen zu lassen. Von dort aus betrachtet es alle Gefühle und sieht sie in einem größeren Zusammenhang, der hilft, mit den Gefühlen umzugehen, die Schwierigkeiten bereiten, und auch den positiven übernatürlichen Sinn unangenehmer Gefühle zu begreifen.

Das Evangelium führt uns das aufrichtige Interesse des Herrn für die Erholung der Seinen vor Augen: **Kommt mit an einen einsamen Ort, wo wir allein sind, und ruht ein wenig aus!** (*Mk* 6, 31) oder auch die Antwort Seines Herzens auf das Leiden Seiner Freunde wie Martha und Maria (s. *Joh* 11, 1-44). Wir können uns nicht vorstellen, dass es Jesus Christus aufgrund Seiner Einheit mit dem Vater gleichgültig gewesen wäre, was in Seiner Umgebung geschah. Der hl. Josefmaria sprach von leidenschaftlicher Liebe zur Welt[vi], die dazu führt, das Herz in Gott zu legen und um Seinetwillen in die anderen, in die Arbeit, die uns beschäftigt und in die apostolische Arbeit, denn **der Herr will uns nicht trocken, steif, wie ein Stück leblose Materie**[vii]. Als verfügbar kann man zum Beispiel nicht jemanden bezeichnen, dem alles gleichgültig ist, da er jegliches Interesse verloren

hat, vielleicht weil er sich Unannehmlichkeiten ersparen möchte für den Fall, dass man ihn um etwas bittet, was ihm widerstrebt. Ein schönes Beispiel für Verfügbarkeit zeigt vielmehr derjenige, der auf etwas Schönes, Attraktives zu verzichten weiß, um etwas zu tun, das Gott in dem Moment von ihm erwartet, weil er von Herzen wünscht, für Gott zu leben. Er ist ein großherziger Mensch, der sich für Vieles interessiert und gute Ziele verfolgt, die er aber wenn nötig hintanstellt. Nicht weil er sie verleugnen würde oder sie ihm gleichgültig wären, sondern weil sein Wunsch, Gott zu lieben und Ihm zu dienen, noch größer ist. Dieser Wunsch ist nicht nur größer, sondern er umschließt alle anderen Interessen und gibt ihnen Sinn.

**Freude an den Tugenden haben**

Die Ausbildung in den Tugenden verlangt Kampf. Man muss die eigenen Neigungen besiegen, wenn sie sich dem Guten widersetzen. Das ist der Anteil an Wahrheit des reduktionistischen – voluntaristischen – Konzepts von Tugend, auf das wir uns oben bezogen haben. Aber eigentlich besteht Tugend nicht in der Fähigkeit, sich den eigenen Strebungen zu widersetzen, sondern sie besteht darin, sie zu formen. Ziel ist also nicht, in der Lage zu sein, die Gefühle beiseite zu lassen, um sich nach einer Regel, die von außen kommt, zu richten, sondern vielmehr die Gefühle so zu lenken, dass man Freude hat an dem, was man tut. Tugend ist die Freude am Guten, an der Ausbildung – sagen wir es so – des *guten Geschmacks*. ***(Wohl dem Menschen), der Freude hat an der Weisung des Herrn, über seine Weisung nachsinnt bei Tag und bei Nacht*** (*Ps* 1, 2). Die Tugend besteht

letztlich in der Formung der Affektivität und nicht darin, sich systematisch gegen sie zu wehren.

Solange die Tugend noch nicht ausgereift ist, kann die Affektivität dem Tun des Guten Widerstand leisten. Diesen Widerstand zu überwinden ist aber auch nicht das Ziel der Tugend, sondern, Freude zu finden am Tun des Guten. Wenn die Tugend voll ausgebildet ist, kann es weiterhin schwerfallen, das Richtige zu tun, aber man tut es doch mit Freude. Beispielsweise fällt es uns wahrscheinlich immer schwer, morgens pünktlich – ***heroische Minute***[viii] – aufzustehen. Vielleicht wird nie der Tag kommen, an dem wir beim Klingeln des Weckers nicht Lust hätten, länger liegen zu bleiben. Aber wenn wir uns gewohnheitsmäßig bemühen, aus Liebe zu Gott die Faulheit überwinden, dann kommt der Augenblick, in dem wir es doch

gerne tun, während das Zugeständnis an die Trägheit uns missfällt, einen schlechten Nachgeschmack hinterlässt. Es ist ähnlich wie bei einem im Grunde ehrlichen Menschen, der sich hinreißen lässt, im Supermarkt ein Produkt einzustecken, ohne zu bezahlen. Er weiß nicht nur, dass das *verboten* ist, sondern er empfindet es außerdem als hässlich, unmöglich und völlig unpassend zu dem, was er im Innersten möchte. Diese Übereinstimmung der Gefühle, die Freude an guten Handlungen bewirkt und Abneigung gegenüber dem Schlechten, ist nicht nur eine Nebenwirkung der Tugend, sondern ein ihr wesentlicher Bestandteil. Deshalb befähigt uns die Tugend, das Gute genießen zu können.

Das ist keine bloße Theorie. Im Gegenteil, es hat sehr praktische Konsequenzen zu wissen, dass wir nicht kämpfen, um uns zu quälen,

sondern um zu lernen, uns am Guten zu erfreuen, selbst wenn es uns manchmal gegen den Strich geht.

Die Ausbildung der Tugenden in uns bewirkt, dass wir lernen, die Gefühle auf das zu zentrieren, was uns wirklich im Tiefsten erfüllen kann und dem einen sekundären Wert einräumen – dem primären untergeordnet -, was nur Mittel ist und nicht Ziel. Wer lernt, tugendhaft zu leben, lernt, glücklich zu sein, nämlich genießen zu können, was wirklich groß und wertvoll ist und sich so auf den Himmel vorzubereiten.

Da echte Bildung Wachstum in den Tugenden bedeutet und die Tugenden eine gewisse Ordnung imBereich der Affekte voraussetzen, ist somit klar, dass die Gefühlswelt einer Erziehung bedarf. Vielleicht könnte jemand hier einwenden, dass bei seinen Bemühungen um die

Tugenden das Tun stärker im Vordergrund steht als das Fühlen und dass wir Tugend nennen, was sich in gewohnheitsmäßigen Handlungen zeigt. Das stimmt. Aber die Tugenden lassen uns richtig handeln, weil sie uns das Rechte *fühlen* lassen. Der Mensch will immer das Gute. Das moralische Problem besteht letztlich darin zu wissen, warum das, was schlecht ist, uns in konkreten Situationen als gut erscheint. Dass dies geschieht, liegt daran, dass die Unordnung der Strebevermögen dazu führt, den Wert zu übertreiben, zu dem uns eine unserer Neigungen drängt. So erscheint uns in dieser Situation ein Gut anziehender als ein anderes, mit dem es in Konkurrenz gerät. Dieses Gut aber hat einen objektiv höheren Wert, weil es dem gesamten Wohl des Menschen entspricht. Zum Beispiel können wir in bestimmten Situationen vor der Frage stehen, ob wir die Wahrheit sagen oder nicht.

Die natürliche Tendenz, die Wahrheit zu sagen, stellt sie uns als gut dar. Andererseits spüren wir die natürliche Neigung, von anderen geschätzt zu werden. Wenn wir einmal den Eindruck haben, die Wahrheit könnte uns in ein schlechtes Licht rücken, ist es möglich, dass uns die Lüge als geeignete Lösung erscheint. Beide Neigungen sind in Konflikt miteinander geraten. Welche wird den Sieg davontragen? Es hängt davon ab, welche von beiden für uns wichtiger ist, und in dieser Beurteilung spielen die Gefühle eine entscheidende Rolle. Wenn sie auf das Richtige hingeordnet sind, helfen sie der Vernunft zu erkennen, dass die Wahrheit sehr wertvoll ist und dass die Wertschätzung der anderen nicht wünschenswert ist, wenn sie die Leugnung der Wahrheit erfordert. Die Liebe zur Wahrheit über andere Güter zu stellen, die auch attraktiv sind, darin besteht die

Aufrichtigkeit. Wenn aber der Wunsch, gut dazustehen, stärker ist als die Kraft der Wahrheit, dann kann die Vernunft sich leicht irren und obwohl sie weiß, dass es nicht gut ist, urteilen, die Lüge sei gerechtfertigt. Auch wenn wir genau wissen, dass man nicht lügen darf, kommen wir zu dem Schluss, dass es in diesem Fall in Ordnung ist.

Die rechte Ausrichtung der Gefühle hilft, das Gute zu tun; denn sie hilft zunächst, das Gute wahrzunehmen. Von daher ist es wichtig, die Gefühle zu erziehen. Wie? Im nächsten Leitartikel werden wir einige Gedanken dazu darlegen. Hier beschränken wir uns darauf, etwas zu zeigen, dass zu wissen sich lohnt, bevor wir uns mit diesem Thema weiter auseinandersetzen.

**Der Wille und die Gefühle**

Wir haben festgestellt, dass eine geordnete Gefühlswelt hilft, das Gute

zu tun. Das Gleiche gilt im umgekehrten Sinn: Gut handeln hilft auch, die Gefühlswelt richtig zu ordnen.

Aus Erfahrung wissen wir – und es ist gut, es nicht zu vergessen, wenn wir vermeiden wollen, leicht in Frustrationen und in Mutlosigkeit zu fallen -, dass wir unseren Gefühlen nicht direkt kontrollieren können. Wenn uns Mutlosigkeit überkommt, können wir dagegen nicht unmittelbar angehen, etwa indem wir uns *entscheiden*, froh zu sein. Ähnlich ist es, wenn wir uns in einem bestimmten Moment mutiger fühlen wollen, weniger schüchtern oder wenn wir wünschen, keine Angst zu haben, uns nicht zu schämen oder uns weniger stark angezogen zu fühlen von Dingen, die nicht in Ordnung sind. Ein anderes Mal würden wir gerne problemloser mit jemandem umgehen, gegen den wir aus geringfügigen Gründen eine

gewisse Abneigung empfinden, aber wir schaffen es nicht, sie zu überwinden. Wir merken, dass der Vorsatz, in Einfachheit mit diesem Menschen umzugehen, das Problem nicht löst.

Letztlich genügt die Willensentscheidung nicht, damit die Gefühle unseren Wünschen gefügig sind. Dennoch bedeutet die Tatsache, dass der Wille keinen direkten Einfluss auf die Gefühle hat, nicht, dass er gar keinen Einfluss auf sie hätte.

In der Ethik wird der Einfluss des Willens auf die Gefühle als *politisch* bezeichnet, da er dem Einfluss ähnelt, den ein Regent auf die Entscheidungen seiner Untertanen hat: Er kann sie nicht direkt beeinflussen, da die Leute frei sind. Wohl aber kann er Maßnahmen ergreifen - beispielsweise die Steuern reduzieren – in der Hoffnung, dass er

damit durch den freien Entscheid der Bürger Erfolge erzielt – z. B. höheren Konsum oder Kapitalanlagen. Auch wir können Handlungen vollziehen, aufgrund derer wir uns bestimmte Gefühle erhoffen. So können wir darüber nachdenken, wie gut die apostolische Arbeit ist, die wir starten wollen, um mit Kühnheit finanzielle Unterstützung zu erbitten. Wir können unsere Gotteskindschaft betrachten in der Hoffnung, dass ein beruflicher Misserfolg uns weniger bedrückt. Wir wissen auch, dass uns eine bestimmt Menge Alkohol in einen vorübergehenden Zustand der Euphorie versetzen kann oder dass wir in uns Reaktionen des Zorns provozieren können, wenn wir immer wieder darüber nachdenken, wie schlecht wir behandelt wurden. Das sind nur ein paar Beispiele für den Einfluss, den der Wille indirekt auf unsere Gefühlswelt haben kann.

Viel wichtiger noch ist der Einfluss, den der Wille langfristig auf unsere Affektivität ausüben kann; denn das ist genau der Einfluss, der sie zu *formen* vermag. Wenn man über diesen Prozess nachdenkt, merkt man ganz deutlich, dass die menschliche Person eine Einheit ist und die Bildung ihr Ziel nur erreicht, wenn sie Verstand, Willen und Gefühle umfasst. Davon wird der nächste Leitartikel handeln.

---

[i] Vom Vater, *Pastoralbrief*, 14.02.2017, Nr. 8.

[ii] s. 2. Vatikanisches Konzil, Pastoralkonstitution *Gaudium et Spes* (07.12.1965), Nr. 22.

[iii] Vom Vater, *Pastoralbrief*, 14.02.2017, Nr. 8.

[iv] *Spur des Sämanns*, Nr. 84: „Dein Glück auf Erden ist eins mit deiner Treue zum Glauben, zur Reinheit und zu dem Weg, den Gott dir bestimmt hat.“ s. auch z. B. *Instruktion, Mai 1935/ 14.09.1950, 60;Instruktion 08.12.1941, 61*; *Freunde Gottes, 189*.

[v] *Christus Begegnen*, Nr. 96.

[vi]Als Beispiel mag der Titel der Homilie: *Die Welt leidenschaftlich lieben*, in: *Gespräche,* Nr. 113-123 genügen.

[vii] *Christus Begegnen*, Nr. 183.

[viii] *Der Weg*, Nr. 206.

pdf | automatisch generiertes Dokument von https://opusdei.org/de-de/article/zum-innersten-der-person-gelangen-gefuehle-1-2/ (07.12.2025)