

8. März 2026

SANCTA QUADRAGESIMA - DIE GROSSE FASTENZEIT

19. Tag: »Ein Weg zu einem reinen Herzen« Teil II



Auf unserem Fastenpfad haben wir einen Einschub vollzogen, der sich mit dem Thema der Herzensbekehrung beschäftigt. Ich halte dies aus zwei Gründen für angebracht. Einerseits soll unsere Bekehrung in der Nachfolge des Herrn immer tiefer gehen, damit wir im Dienst unseres geliebten Vaters so fruchtbar wie möglich werden und auf unserem Weg der Nachfolge Christi nicht stehenbleiben. Andererseits sollten wir eine tiefere Herzensbekehrung auch als geistliche Waffe im Kampf gegen den Unfrieden und die Kriege verstehen lernen. Auf diesen Punkt werde ich im Rahmen unseres kleinen Exkurses noch genauer eingehen, weil hier besonders der Bereich *„der bösen Geister unter dem Himmel“* (Eph 6,12b) in den Blick genommen wird, die immer bereit sind, die bösen Neigungen des Menschen auszunutzen und zu verstärken, um sie für ihre Pläne des Unheils nutzbar zu machen.

Schauen wir also nochmals auf den Weg zur Umkehr des Herzens:

Mit der Bereitschaft, die eigenen Tiefen vor dem liebenden Herrn wahrzunehmen, erwächst ein doppelter Realismus: Man erkennt sowohl die dunkle Seite in sich, gleichzeitig begegnet man aber der Barmherzigkeit Gottes. So verstehen wir, daß uns Gott nicht wegen der Unreinheit, die aus dem Herzen kommt, zurückweist oder straft, sondern daß sich seine Liebe auf den Weg gemacht hat, Licht in die Finsternis zu bringen (vgl. Joh 1,5a).

Es gilt jetzt, nicht etwa den Schatten, den wir in uns wahrnehmen, zu integrieren – wie es teilweise in der Tiefenpsychologie vorgeschlagen wird – und ihn als Teil der Persönlichkeit zu betrachten. Das kann nicht der Weg zur Umwandlung des Herzens sein. Die richtige Sicht einer »Integration des Schattens« ist die Anerkennung der Tatsache, daß es diese Abgründe im Herzen gibt und daß sie nicht verdrängt werden sollen. Der Schatten gehört jedoch nicht wesentlich zum Menschen, sondern ist die Verformung seines eigentlichen Wesens, das Erbgut des »alten Adam«, der – von Gott abgewandt – unter die Herrschaft der Sünde geraten ist (vgl. Röm 5,12). Er verzerrt das Bild Gottes in uns, das Gott aber in seiner Güte wiederherstellen möchte. Für diesen Prozeß ist die Reinigung des Herzens wesentlich.

Zuvor muß eine klare Willensentscheidung getroffen werden, nichts in sich zu dulden oder zu relativieren, was nicht der Liebe und der Wahrheit entspricht. Man braucht dabei nur an das Wort Jesu zu denken, daß die Sünde des Ehebruchs schon mit der Begierlichkeit des Blickes und nicht erst mit der Tat beginnt (Mt 5,27-28), um sich klarzumachen, daß man sich keine »Schlupflöcher« suchen darf.

Auf dem Weg zu einem reinen Herzen kann man keine Kompromisse machen und keine Halbheiten dulden. Für diese klare Entscheidung ist die sogenannte erste

Bekehrung Voraussetzung: Gott in allem gehorchen zu wollen, denn wir betreten nun den Weg zur zweiten Bekehrung, zur sogenannten Herzensbekehrung. Diese feste Willensentscheidung, die wir klar und bewußt zu treffen und aufrechtzuerhalten haben, ist unser wesentlicher Beitrag, daß die Umwandlung des Herzens geschehen kann. Zu ihr gilt es auch immer wieder zurückzukehren und sie zu befestigen, wenn wir hinter unserer Entscheidung zurückgeblieben sind.

Allerdings ist unsere Willensentscheidung nicht genug, besonders angesichts unserer menschlichen Schwächen, die dem Herrn wohlbekannt sind. Das Hauptwerk der inneren Umwandlung geschieht durch die Gnade Gottes. Deshalb gibt es zwei bedeutsame Worte der Heiligen Schrift: *“Schafft euch ein neues Herz und einen neuen Geist!”* (Ez 18,31) und: *“Ich schenke euch ein neues Herz”* (Ez 36,26).

Der konkrete Weg ist, daß wir alles, was wir in uns entdecken und was nicht mit dem Weg des Herrn übereinstimmt, im Gebet zu Gott tragen. Aufgrund unserer weitgehenden Blindheit für die eigenen Fehler und falschen Haltungen gilt es, immer wieder den Heiligen Geist zu bitten, uns zu zeigen, was noch der Verwandlung bedarf, was nicht mit dem Weg der Heiligkeit übereinstimmt.

Nehmen wir die bösen Gedanken als Beispiel, wie wir damit umzugehen haben. Steigen sie aus unserem Herzen auf, dann gilt es, unmittelbar zu Gott zu beten, den Heiligen Geist anzurufen und ihnen so entgegenzutreten. Der Heilige Benedikt lehrt uns, daß wir die bösen Gedanken *“am Felsen Christi zerschmettern”* sollen.

Wichtig wäre, zu beobachten, ob es Gedanken sind, die immer wiederkehren. Das würde darauf hinweisen, daß es sich nicht nur einfach um Attacken handelt – möglicherweise satanische –, sondern daß diese Gedanken tiefer in uns sitzen und mit bestimmten Gefühlen verbunden sind. Wenn wir das wahrnehmen, dann reicht es in der Regel nicht aus, sie ein Mal entschieden zurückzuweisen, sondern wir müssen sie ausdauernd und immer wieder zum Herrn tragen, wenn möglich auch vor dem Tabernakel, und ihn um Heilung und Befreiung bitten.

Nehmen wir ein Beispiel: Immer, wenn ich eine bestimmte Person sehe, steigen in mir böse Gedanken und Gefühle auf. Ich weiß inzwischen, daß diese Gedanken falsch sind und gegen die Liebe verstoßen, und kämpfe gegen sie. Es gelingt mir auch, die Gedanken zu verscheuchen, was in sich schon einen Sieg bedeutet. Doch kommen sie immer wieder – fast jedes Mal, wenn ich diese Person sehe.

Das ist ein Hinweis darauf, daß ich gegen die Person noch etwas im Herzen trage, ihr vielleicht nicht verzeihen habe oder ihr etwas nachtrage. Deshalb ist es nötig, diese inneren Empfindungen dauerhaft zu Gott zu bringen, sie vor ihm auszusprechen, mit ihm ins Gespräch darüber zu treten, ihn zu bitten, diese Empfindungen durch den Heiligen Geist zu heilen und mich von ihnen zu befreien. Sehr hilfreich ist es, für diese Person zu beten oder – falls es angebracht ist, sich nicht zu viel mit ihr zu beschäftigen – sie einfach der Gnade Gottes zu empfehlen.

Hier wirke ich dann auf zwei Ebenen. Einmal ist es die Ebene der aktuellen Situation: die bösen Gedanken, die ich nicht zulasse und von denen ich mich willentlich abwende. Die zweite Ebene ist die tieferliegende Dimension: Die bösen Gedanken und Gefühle haben sich im Herzen vielleicht schon länger festgesetzt. Die aktuelle Anfechtung gegen die andere Person kann auf dieses Potential, wenn es nicht vom Herrn befreit und geheilt wird, quasi immer zurückgreifen.

Die »Blume« des heutigen Tages:

Unsere eigenen Schattenseiten wahrnehmen und aufrichtig zu Gott hintragen.

Morgen werden wir das Thema fortsetzen.

Betrachtungen nach der Leseordnung des Novus Ordo:

zum Tagesevangelium: <https://elijamission.net/das-evangelium-nach-johannes-joh-41-15-die-frau-am-brunnen/#more-16279>