

Mut zur Demut - eine Strategie

Demut entsteht nicht von alleine. Wir sind aufgefordert uns selbst zu erniedrigen (Mt. 23,12), uns selbst zu demütigen, uns mit Demut zu umkleiden (1Pet. 5,5; Kol. 3,12), so wie Jesus sich ein Tuch zum Dienst anlegte. Nach der Fußwaschung erinnert er die Jünger und uns, dass nicht das Wissen allein, sondern die praktische Ausübung der Demut glücklich macht (Joh. 13,17). Wenn es stimmt, dass Gott selbst dem Hochmütigen widersteht und dem Demütigen Gnade gibt, dann ist Stolz unser größter Feind und Demut unser größter Freund.

Daraus resultiert folgende entscheidende Frage: Habe ich eine Strategie, durch die ich mit Vorsatz und Eifer jeden Tag Stolz schwäche und Demut kultiviere? Fast jeder Prozess der Veränderung (z.B. ein neues Instrument erlernen) läuft in unserem Leben nach folgendem Muster: Ziel - Entschluss - Strategie. Wenn wir von Jesus Demut lernen wollen, dann müssen wir das Ziel und seinen Wert vor Augen haben, müssen genügend motiviert sein, uns zu diesem Weg zu entschließen, brauchen aber auch einen Plan - eine Strategie, um zu dem Ziel zu gelangen. An diesem praktischen Punkt scheitern viele unserer Versuche. Natürlich hilft und befähigt uns die Gnade Gottes auf dem gesamten Weg - was aber nicht bedeutet, dass unsere aktive Mitarbeit überflüssig wird. "Gnade steht nicht im Widerspruch zu Fleiß, sondern zu Verdienst" sagt Dallas Willard richtig. Wer ein guter Klavierspieler werden will (Ziel) und sich bei einem Lehrer angemeldet hat (Entschluss) muss viel und möglichst regelmäßig üben (Strategie), um das Ziel zu erreichen.

Folgende Liste von Übungen können wir in unseren Tagesablauf einbauen, damit wir uns in Demut einüben. Diese Liste ist ein Beispiel und kann für jeden angepasst werden. Wichtig ist nur, dass wir eine strategische Liste haben und dass sie für uns sinnvoll ist und passt.

Betrachte das Kreuz - "Dort am Fuß des Kreuzes, schrumpfen wir auf unsere wahre Größe." John Stott. Ein Leben im Schatten des Kreuzes hilft uns Demut einzuüben. Das Kreuz und seine Botschaft müssen in unserem Leben den zentralen Platz behalten.

Beginne und ende jeden Tag bewusst

Am Morgen:

1. Bekenne deine Abhängigkeit von Gott und bete um geöffnete Augen und Ohren, um die Werke (Enten) zu sehen, die Gott vorbereitet hat.
2. Wälze deine Sorgen bewusst auf Gott und lass die Bowlingkugel los!

Am Abend:

1. Spul den Tag in Gedanken mit deinem "Gnadensuchgerät" zurück und danke Gott für die Spuren Seiner Gnade.
2. Empfange den Schlaf als demütigendes Geschenk. Er zeigt uns jeden Tag unsere Begrenzung als Geschöpf und erinnert uns daran, dass wir eines Tages einschlafen und in der Ewigkeit aufwachen werden.

Lache viel - besonders über Dich selbst! "Lachen ist ein göttliches Geschenk für den Menschen der demütig ist." C.S. Lewis