

ANgeDACHT

Gott widersteht den Hochmütigen, aber den Demütigen gibt er Gnade. 1 Petrus 5, 5

Wenn wir heute durch Jobportale scrollen oder in Seminare zur Persönlichkeitsentwicklung schauen, begegnen uns immer wieder ähnliche Begriffe: Durchsetzungsstärke, Selbstbewusstsein, klare Kante zeigen, Kompetenz souverän präsentieren. Das sind Fähigkeiten, die in unserer Gesellschaft hoch geschätzt sind. Und es stimmt ja auch: Ohne sie ist vieles kaum möglich. Wer nie für sich einsteht, wer seine Fähigkeiten nicht zeigt, bleibt schnell ungehört.

Doch genau auf diese Stelle schaut der Wochenspruch: „Gott widersteht den Hochmütigen...“ Hochmut ist nichts völlig anderes als diese Eigenschaften – er ist ihre Übersteigerung. Aus Selbstbewusstsein kann Selbstüberschätzung werden. Aus Durchsetzungsfähigkeit wird Rücksichtslosigkeit. Aus Kompetenzpräsentation entsteht das Bedürfnis, immer Recht zu haben. In diesem Kippen vom Guten ins Überzogene liegt eine Gefahr.

Demut dagegen klingt erst einmal unmodern. Wer will heute schon „demütig“ sein? Das Wort weckt Assoziationen von Schwäche oder Unterordnung. Der Theologe Reinhard Feldmeier beschreibt Demut ganz anders als „Ausdruck einer Selbstbeschränkung, um für Begegnung Raum zu schaffen und so Gemeinschaft zu ermöglichen“. Daraus lese ich: Demut ist kein Mangel, sondern eine Stärke – sie eröffnet Räume, in denen andere zu Wort kommen, in denen verschiedene Sichtweisen nebeneinander stehen dürfen, in denen ich nicht alles bestimmen muss. So verstanden, ist Demut eine Haltung, die Beziehungen verändern kann. Sie bricht das Muster, die Deutungshoheit zu beanspruchen. Sie schenkt Offenheit im Anerkennen: Ich weiß nicht alles; ich brauche den anderen, um zu lernen. Genau darin kann Gnade liegen: In der Freiheit, nicht alles absichern oder rechtfertigen zu müssen, sondern anzunehmen, was mir geschenkt wird – sei es Vertrauen, Zuwendung oder neue Erkenntnis.

Vielleicht liegt hier eine Herausforderung für unsere Zeit: Selbstbewusstsein ja – aber nicht, um andere zu verdrängen. Kompetenz zeigen ja – aber nicht so, dass kein Raum mehr bleibt. Vielleicht eröffnet Demut Räume, in denen Neues entsteht.

Gebet

Gott,
du kennst unseren Alltag – da, wo wir stark wirken wollen,
wo wir Sicherheit zeigen,
und wo wir doch auch unsicher sind.

Hilf uns, nicht größer zu erscheinen, als wir sind,
aber auch nicht kleiner.
Zeig uns Momente, in denen wir zurücktreten dürfen,
damit andere Raum bekommen.

Schenk uns die Freiheit, nicht alles im Griff haben zu müssen,
und die Gelassenheit, Hilfe und Gnade anzunehmen,
wenn sie uns begegnet.

Amen.

Impuls zum Mitnehmen:

Demut schafft Raum, damit Gemeinschaft möglich wird.

Wochenspruch: „Gott widersteht den Hochmütigen,
aber den Demütigen gibt er Gnade.“ 1 Petrus 5, 5

Wochenpsalm: Psalm 145 – EG 756

Wochenlied: EG 299: Aus tiefer Not schrei ich zu dir;
EG.E 12: Meine engen Grenzen

Download: [ANgeDACHT 2025-35](#)

Viele Grüße und Ihnen einen guten Start in die Woche wünschend
Fabian Gunkel