

## Inhaltsverzeichnis

- [Demut macht klein und schwach?](#)
- [Demut – eine Quelle der Stärke!](#)
- [Balance-Akt zwischen Demut und Selbstbehauptung](#)
  - [Exkurs – ein Beispiel aus der Praxis](#)
- [Fazit](#)

Lesedauer 3 Minuten

Demut wird oft mit Bescheidenheit, Zurückhaltung und Selbstlosigkeit in Verbindung gebracht. In einer Welt, geprägt von Wettbewerb, Selbstbehauptung und Durchsetzungsvermögen, stellt sich die Frage, ob Demut den Menschen klein macht, z.B. ihn schwächt, seiner Macht beraubt.

Oder ist Demut eine verborgene Stärke, die gerade durch ihre Zurückhaltung wahre Größe zeigt?

### **Demut macht klein und schwach?**

Demut kann als Mangel an Selbstbewusstsein oder als Unterwerfung gegenüber anderen interpretiert werden. In einer Gesellschaft, die auf Leistung und Konkurrenz setzt, scheint es von Nachteil zu sein, sich zurückzunehmen. Wer sich nicht in den Vordergrund stellt, wird leicht übersehen.

So kann man zu der Auffassung gelangen, dass Demut die Selbstbehauptung verhindert. Wer stets zurücktritt und andere in den Vordergrund stellt, kann leicht an Einfluss verlieren und gerät schnell in eine Position der Abhängigkeit.

Dies um so mehr, als Demut in der heutigen Gesellschaft zunehmend als Schwäche ausgelegt wird, zumal sich in Machtstrukturen i.d.R. die Durchsetzungsstarken durchsetzen, während demütige Menschen möglicherweise kaum oder garnicht ernst genommen werden.

In Folge gesellt sich mangelnde Anerkennung hinzu. Wer seine Erfolge nicht hervorhebt und / oder bescheiden bleibt, wird in einer Gesellschaft, die auf Sichtbarkeit setzt, oft übersehen. Damit ist der Gefahr der Selbstaufgabe Tür und Tor geöffnet: Wer sich zu sehr zurücknimmt, läuft Gefahr, sich selbst nicht genug Wert zu schätzen und seine eigenen Bedürfnisse zu vernachlässigen. Die Bestätigung dieser Annahme erhält er ja stetig von der Gesellschaft dokumentiert.

Lukas gibt hier zu bedenken (*Lukas 14,11*) „*Denn jeder, der sich selbst erhöht, wird erniedrigt werden; und wer sich selbst erniedrigt, der wird erhöht werden.*“

## **Demut – eine Quelle der Stärke!**

Demut kann jedoch auch als innere Stärke und Zeichen von Souveränität verstanden werden. Demut ermöglicht es, sich nicht von Egoismus leiten zu lassen und in Ruhe fundierte Entscheidungen zu treffen.

Demütige Menschen sind nicht von Anerkennung oder Machtstreben abhängig. Sie ruhen in sich selbst und sind weniger manipulierbar, weil sie eine innere Freiheit stärkt.

Große Führer haben gezeigt, dass wahre Macht sehr oft in ausgesprochener Bescheidenheit und ausgeprägtem Gehorsam liegt: Jesus diente, erfüllte Gottes Willen, obgleich er die Macht hatte, seinen eigenen Willen durchzusetzen.

Wer demütig ist, kann andere inspirieren, ohne auf Dominanz angewiesen zu sein. Solche Menschen werden oft als authentisch wahrgenommen. Ihre gelebte Demut fördert Teamgeist und Vertrauen.

Demütige Menschen zeichnen sich durch gefestigte Moral aus. Sie sind eher bereit, Fehler einzugestehen und daraus zu lernen, was langfristig zu Weisheit und Größe führt.

Jakobus untermauert in *Jakobus 4,6* „*umso reicher aber ist die Gnade, die er gibt. Darum spricht er: »Gott widersteht den Hochmütigen; den Demütigen aber gibt er Gnade.*“

## **Balance-Akt zwischen Demut und Selbstbehauptung**

Demut macht nicht zwangsläufig klein, sondern kann eine mächtige Haltung sein – wenn sie mit Selbstbewusstsein kombiniert wird. Wahre Demut bedeutet nicht Selbstaufgabe, sondern eine realistische Selbsteinschätzung und die Fähigkeit, Macht weise einzusetzen.

Verbindet sich Demut mit Selbstsicherheit und ist man sich seiner Stärken bewusst, tritt aber nicht arrogant auf, so wird man respektiert und geschätzt werden.

Es gibt Momente, in denen es klug ist, sich zurückzunehmen, aber auch solche, in denen es notwendig ist, sich durchzusetzen. Demut, weise eingesetzt, entscheidet über das Gelingen eines förderlichen Miteinanders.

Menschen, die mit Bescheidenheit und Weitsicht agieren, können langfristig eine tiefere und nachhaltigere Autorität aufbauen, können damit ein hilfreiches Vorbild für Mitmenschen sein.

Der als „Servant Leadership“ bekannte, moderne Führungsstil zeigt, dass wahre Autorität durch Respekt, nicht durch Dominanz, sondern demütig dienende Haltung entsteht, wie Matthäus in *Matthäus 23,11* „*Der Größte aber unter euch soll euer Diener sein..*“ bestätigt.

### **Exkurs – ein Beispiel aus der Praxis**

Michael arbeitete seit Jahren fleißig in seiner Firma. Er war kompetent, verlässlich und half seinen Kollegen, wo er nur konnte. Doch während andere lautstark ihre Erfolge präsentierten, hielt er sich zurück. Er glaubte, dass seine Arbeit für sich selbst sprechen würde.

Als eine Führungsposition frei wurde, dachte einer der Mitarbeiter, dass seine jahrelange harte Arbeit und seine Hilfsbereitschaft anerkannt würden. Doch stattdessen erhielt ein Kollege die Stelle, der sich viel offensiver selbst beworben und seine Leistungen aktiv in Szene gesetzt hatte.

Zunächst fühlte er sich klein und übergangen. Hatte seine Bescheidenheit ihm geschadet? Hätte er sich mehr in den Vordergrund drängen müssen? Doch dann erinnerte er sich an ein Bibelwort aus *1. Petrus 5,6*, in dem es heißt „*So demütigt euch nun unter die gewaltige Hand Gottes, damit er euch erhöhe zu seiner Zeit!*„

Er beschloss, nicht in Bitterkeit zu verfallen, sondern weiter treu und ehrlich zu arbeiten. Einige Monate später kündigte sein Kollege unerwartet, und die Unternehmensleitung bot ihm die Position an. Sie hatten seine Beständigkeit und seine Teamfähigkeit geschätzt, Eigenschaften, die er durch seine ausdauernde Demut bewiesen hatte.

Sein Beispiel zeigte: Demut mag manchmal klein erscheinen lassen, aber sie macht nicht klein. Sie bewahrt Charakter, fördert innere Stärke und wird letztlich von den richtigen Menschen und Gott gesehen und belohnt.

## Fazit

Demut macht nicht klein, wenn sie richtig verstanden und gelebt wird. Demut schützt vor Überheblichkeit, verleiht innere Ruhe und kann in Kombination mit Selbstbewusstsein zu einer großen Stärke werden. Wahre Größe zeigt sich nicht in lautem Auftreten, sondern in der Fähigkeit, anderen mit Respekt, Bescheidenheit und Souveränität zu begegnen. Macht und Demut sind keine Gegensätze, sondern ergänzen sich in einer idealen Balance. Diese gilt es täglich neu zu finden und zu stärken, getreu dem Rat von Jakobus in *Jakobus 4,10* „*Demütigt euch vor dem Herrn, so wird er euch erhöhen.*“