

**Zeitschrift:** Mariastein : Monatsblätter zur Vertiefung der Beziehungen zwischen Pilgern und Heiligtum  
**Herausgeber:** Benediktiner von Mariastein  
**Band:** 40 (1962)  
**Heft:** 9

**Artikel:** Lebensstandard und christliche Askese  
**Autor:** [s.n.]  
**DOI:** <https://doi.org/10.5169/seals-1032322>

### **Nutzungsbedingungen**

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften auf E-Periodica. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen sowie auf Social Media-Kanälen oder Webseiten ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. [Mehr erfahren](#)

### **Conditions d'utilisation**

L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. La reproduction d'images dans des publications imprimées ou en ligne ainsi que sur des canaux de médias sociaux ou des sites web n'est autorisée qu'avec l'accord préalable des détenteurs des droits. [En savoir plus](#)

### **Terms of use**

The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. Publishing images in print and online publications, as well as on social media channels or websites, is only permitted with the prior consent of the rights holders. [Find out more](#)

**Download PDF:** 13.04.2026

**ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, <https://www.e-periodica.ch>**

# Lebensstandard und christliche Askese

Bevor ich es wage, über dieses Thema zu schreiben, möchte ich zuerst die Begriffe klären. Unter Lebensstandard verstehe ich die Lebenshaltung des modernen Menschen. Man übersetzt Askese mit Abtötung und versteht darunter Lebensverneinung, was aber ganz falsch ist. Wir verstehen unter Abtötung die verschiedenen Einschränkungen, die sich der Christ auferlegen muss. In unserm Innern ist ein gewisser Mangel an Gleichgewicht vorhanden. Diese Gleichgewichtsverschiebung wird in der christlichen Offenbarung zum Teil durch die Erbsünde und die Folgen der von uns begangenen persönlichen Sünden erklärt. Als Gegengewicht muss der gläubige Mensch sich unter Kontrolle halten, seine Einstellung überprüfen, seine Haltung ausrichten, sich für das tägliche Kreuztragen stark machen. Man könnte das vorbeugende Askese nennen. Da wir stets unter den Folgen der Schwäche leiden, bringt die Askese in Ordnung, was in uns ungeordnet ist. Darum ist Askese nicht Lebensverneinung, sondern Lebensbejahung. Nicht das gesunde Leben töten wir, sondern das Gift der wilden Triebe und Leidenschaften. Wir bejahen Zucht, Ordnung, Mass und Beherrschung, weil ein Leben in ständigem Genuss ein langsamer, aber sicherer Selbstmord ist.

Es wäre falsch, das Streben nach höherem und besserem Wohlstand grundsätzlich zu verwerfen. In der Sozial-Enzyklika «Mater et Magistra» über die Ordnung des gesellschaftlichen Lebens der Gegenwart im Sinne der christlichen Gebote sagt Johannes XXIII. ausdrücklich: «Es entspricht durchaus dem Plan der göttlichen Vorsehung, dass sich die Menschen bilden und vervollkommen im Vollzug ihrer täglichen Arbeit.» Der Mensch braucht einen gewissen Lebensstandard. Warum soll er nicht an den Fortschritten der Technik teilnehmen? Auto, Kühlschrank, automatische Wasch- und Geschirrspülmaschinen können das Leben tatsächlich leichter und angenehmer gestalten. Film, Radio, Fernsehen bieten reichliche Erholung und Entspannung. Ferienreisen erweitern den Horizont. Skiferien, Badesport, Bergsteigen fördern die Gesundheit und verschönern das Leben. Die Kirche will auch, dass nicht nur gewisse Schichten und Volksklassen, sondern auch die Masse zu einem massvollen, disziplinierten Lebensstandard gelange. «Wenn das menschliche Schaffen» — so fährt der Papst in seiner Enzyklika weiter — «und die Einrichtungen dieses Lebens auch zum geistigen Fortschritt und zum ewigen Glück der Menschen beitragen, dann können sie ohne Zweifel auch viel

besser das erreichen, wozu sie bereits ihrer Natur nach hingeeordnet sind. Für jede Zeit gilt das wichtige Wort des göttlichen Meisters: ‚Suchet also zuerst das Reich Gottes und seine Gerechtigkeit, und dies alles wird euch hinzugegeben werden‘ (Mt. 6,33). Die Kirche hat immer ganz eindeutig gelehrt und lehrt noch, dass der Fortschritt in Wissenschaft und Technik und der daraus entstandene Wohlstand wirklich einen Wert darstellen, dass derselbe als ein Anzeichen fortschreitender menschlicher Kultur anzusehen ist. Aber ebenso lehrt die Kirche, die Güter dieser Art auf Grund ihrer wahren Natur zu beurteilen: sie müssen nämlich als Mittel betrachtet werden, die der Mensch benützt, um leichter sein letztes Ziel zu erreichen: seine natürliche und übernatürliche Vervollkommnung. Mit diesen Worten betont Papst Johannes, dass der Lebensstandard den modernen Menschen nicht von seiner eigentlichen Lebensaufgabe, von seinem letzten Ziel, ablenken darf. Der Lebensstandard ist soweit berechtigt und sittlich gut, als er dem Menschen hilft, die Erreichung seines letzten Zieles zu erleichtern. Unberechtigt und sittlich schlecht ist der Lebensstandard, wenn er dem modernen Menschen zu einem Idol, zu einem Götzen, zum Religionsersatz wird. Auf diese ernste Gefahr weist schon der Psalmist im Psalm 113,4 hin, auf den auch der Papst in seinem sozialen Rundschreiben hindeutet: «Es trifft deshalb in unsern Tagen in weitestem Umfang zu, was der Psalmist von den Götzendienern bezeugt: dass sich die Menschen bei ihrem Handeln selbst sehr oft vernachlässigen, ihre Leistungen aber derart bewundern, dass sie sie als Götzen verehren: ‚Ihre Götzen sind Silber und Gold, Machwerk von Menschenhänden‘.» Papst Pius XII. deutete in seiner Rundfunkansprache an Weihnachten 1953 auf diese Vergötzung des Lebensstandards hin, wenn er sagte: «Unsere Zeit sieht ihre ausschliessliche, aber unheimliche Aufgabe darin, den Menschen in einen Riesen der physischen Welt zu verwandeln auf Kosten seines Geistes, den sie zu einem Zwerg in der übernatürlichen Welt macht.» «*Mater et Magistra*» warnt vor der gleichen Gefahr: «Die Menschen unserer Zeit haben Werkzeuge erfunden, die Naturkräfte zu beherrschen; sie haben wirklich grossartige und staunenerregende Leistungen vollbracht und vollbringen weiterhin solche. Während sie aber so versuchen, sich der äussern Dinge zu bemächtigen und sie umzugestalten, sind sie in Gefahr, selbst zu verkümmern und ihre Geistes- und Körperkräfte zu schwächen. Deshalb wünschen wir sehr, man möchte sich immer die Worte unseres göttlichen Meisters zu eigen machen, der mahnt: ‚Was nützt es dem Menschen, wenn er die ganze Welt gewinnt, an seiner Seele aber Schaden leidet?‘ Oder, ‚was kann der Mensch zum Tausch für seine Seele geben?‘» (Mt. 16, 26).

Was führt den Menschen zur Vergötzung des Lebensstandards? Ist es nicht Bequemlichkeit, Geltungssucht, Machtstreben und Suggestion? Was ist der beste Schutz gegen solche Verführung? Hier muss die christliche Askese einsetzen. «*Mater et Magistra*» sagt dazu: «Leider beherrscht heute nicht wenige Menschen die Sucht nach Vergnügen. Das Jagen nach Genuss und die unbändige Gier nach Vergnügungen scheinen ihnen das Hauptziel des Lebens zu sein. Die Schäden, die für das geistige, aber auch für das leibliche Wohl daraus entstehen, sind unbestritten. Auch wer

Der Weg zum Himmel ist nicht weniger steil!  
Endlos steigen die Stufen und immer  
neue Lasten werden aufgebürdet.  
Wenn das Herz klopft und die Pulse  
hämmern, wenn die Schläfen flammen  
und der Schweiss in grossen Perlen  
niedertropft, dann ist es Zeit, eine  
Pause einzuschalten . . .

Gott ist kein Unmensch. Er heisst  
VATER und ist es auch. Er überfordert  
niemand. Er weiss, wo der schmale und  
steile Pfad, der uns so müde und so  
mürbe macht, endet!

Schon donnern die Wasserfälle über-  
schäumender Freude, die den Sieger  
überfluten, wenn die letzte Stufe  
bezwungen. Trunken vom Weitblick  
ewiger Horizonte wird er dann seine  
Seele in Jubel und Dank verströmen!



allein nach dem natürlichen Menschenverstand urteilt, wird zugeben, dass es klug und weise ist, in allen Dingen Mass zu halten und die Leiden-schaften zu zügeln. Wer aber die Dinge im Lichte der Gottesordnung sieht, kann nicht verkennen, dass die Botschaft Christi, die Lehre der katholischen Kirche und die überlieferte Askese uns auffordern, unsere Triebhaftigkeit zu zügeln und die Wiederwärtigkeiten des Lebens mit besonderer Geduld zu ertragen. Diese Tugenden ermöglichen eine feste und ausgeglichene Beherrschung des Körpers durch den Geist.» Ganz gross geschrieben ist heute das Wort Reklame. Sie geht darauf aus, Bedürfnisse zu erzeugen. Es braucht viel Disziplin und Askese, den Einsatz der ungeheuren Propagandatechnik fest in der Hand zu haben und an einem Schaufenster oder einem Kinoeingang vorübergehen zu können, ohne lüstern nach den Dingen dahinter zu blicken. Eine Massenerscheinung unserer Zeit ist der Sozialtourismus. Wiederum braucht es viel Disziplin und Askese, dieses moderne Nomadentum zu meistern und trotz allem liturgische Zeiten und Feste dazu zu verwenden, den ewigen Gott in gebührender Weise zu verehren, den Geist zu den himmlischen Gütern zu erheben, sein notwendiges und heiliges Verhältnis zu Gott zu bedenken. Ich denke an einen andern Bereich: Die Geschwindigkeit. Wir haben keine Zeit, zum mindesten meinen wir es. Wenn man sich an die Maschine setzt, muss sie alles hergeben. Gerade wir Christen haben eine ungeheure Verantwortung. Wir meistern sie nur mit Selbstdisziplin und Askese. Und erst das Bild: es erscheint in der vielfältigen Form der Illustrierten, des Kinos und des Fernsehens. Es hat sich den Vorrang vor dem gelesenen Wort erobert. Wieviel Disziplin und Askese wird verlangt in der Auswahl des Kino- und Fernsehprogramms. Betrachten wir einmal das Verhältnis zwischen Lebensstandard und christlicher Askese im Lichte des 7. Kapitels des 1. Korintherbriefes. Dort sagt der heilige Paulus: «Brüder, die Zeit drängt. Hinfort gilt es, dass die, welche Frauen haben, leben, als hätten sie keine; die, welche weinen, als weinten sie nicht; die, welche sich freuen, als freuten sie sich nicht; die, welche kaufen, als besässen sie nichts und die, welche die Welt geniessen, als genössen sie sie nicht. Denn die Gestalt der Welt vergeht.» Da der in einer echten Familie geborgene Mensch leichter der Versuchung des Lebensstandards begegnet als der Einzelgänger, gehört es zu den Erfordernissen der christlichen Askese, besonders auch in der Freizeit, vermehrte Aufmerksamkeit der Familie zu schenken. Lassen wir uns nicht blenden vom Schlagwort Lebensstandard. Wir wollen so durch die zeitlichen Güter hindurch gehen, dass wir die ewigen nicht verlieren. Es gibt in unserer Zeit keine grössere Torheit als der Versuch, einen Lebensstandard aufzubauen ohne das notwendige Fundament, nämlich ohne Gott; die Grösse des Menschen zu verherrlichen und dabei die Quelle versiegen zu lassen, aus der diese Grösse fliesst und genährt wird, in dem man versucht, das Verlangen nach Gott zu schwächen oder womöglich zu unterdrücken. Es gilt auch vom Lebensstandard: «Wenn der Herr das Haus nicht baut, bauen die Bauleute umsonst.» Und das oft schmerzvolle und doch freudige Tragen des täglichen Kreuzes, die bewusste Hinnahme der göttlichen Fügungen ist Höhe der christlichen Askese.

P. Bonaventura