

# **Mit der Sehnsucht fängt alles an**

## **Exodus in ein Leben der Fülle**



**Abschlussarbeit**  
**GCL-SJ Exerzitienseminar 2012-2014**  
**Carsten Roeger**

1	Aspekte meines Selbstverständnisses von geistlicher Begleitung und Exerzitienbegleitung.....	3
2	Die Begleitbeziehung und die Unterscheidung der Geister - zwei Kernelemente geistlicher Begleitung.....	5
2.1	Einführung .....	5
2.2	Aspekte der Begleitbeziehung .....	5
2.2.1	Bedeutung des Zuhörens und Fragens .....	5
2.2.2	Das Bild der Waage .....	6
2.2.3	Disposition des Begleiters .....	7
2.3	Aspekte der Unterscheidung der Geister .....	8
2.3.1	Leben heißt entscheiden.....	8
2.3.2	Leben ist geprägt durch innere Regungen .....	8
2.3.3	Der Aberggeist im Gewand des Lichtengels – eine ganz besondere Herausforderung .....	10
3	Effectuation und das Potential von Gottese Erfahrungen - weiterführende Gedanken zur geistlichen Begleitung .....	11
4	Schlussbemerkung .....	12

# 1 Aspekte meines Selbstverständnisses von geistlicher Begleitung und Exerzitionsbegleitung

Auch wenn es sich bei der Exodus-Erzählung nicht um eine Begleiterzählung im engeren Sinne handelt, drückt diese Erzählung für mich viel von meinem eigenen Verständnis als geistlicher Begleiter und Exerzitionsbegleiter aus.<sup>1</sup>

Die Israeliten machen sich mit einer gewissen Sehnsucht auf dem Weg, mit der Sehnsucht nach einem Leben in Freiheit und in Fülle. Der Weg zu diesem Land der Verheißung ist nicht einfach, immer wieder gibt es Situationen, wo die Israeliten in Schwierigkeiten geraten und nicht selten sogar aufgeben wollen. Der Weg wird begleitet durch Gott, der „bei Tag in einer Wolkensäule, um ihnen den Weg zu zeigen, bei Nacht in einer Feuersäule, um ihnen zu leuchten“ (Ex 13,21) vor ihnen herzog.

Die Aufgabe des Mose ist es, immer wieder Gott und dessen Ideen und Wünsche für das Volk Israel zur Sprache zu bringen.

Ein Mensch, der begleitet werden möchte, ist auch geprägt von einer Sehnsucht. Es kann sein, dass er eine wichtige Entscheidung zu treffen hat und Klarheit für diese Entscheidung finden möchte und sich fragt, welche Rolle Gott in diesem Entscheidungsprozess spielt. Entscheidungen gehören ja zum Proprium der ignatianischen Exerziten.<sup>2</sup> Der Begleitete erhofft sich durch die richtige Entscheidung ein Mehr am Leben, ein Magis.

Es kann auch sein, dass jemand begleitet werden möchte, weil er sich in einer schwierigen Situation befindet, die ihn auch in seiner religiösen Dimension herausfordert und er hier Klarheit bekommen möchte, wie im Sinne Gottes mit dieser Situation umgegangen werden kann.<sup>3</sup> Auch hier steht im Hintergrund die Sehnsucht nach dem Leben in Fülle.

Ein weiterer Ansatzpunkt ist, dass jemand spürt, dass etwas in seinem Leben noch fehlt oder er insgesamt mit der Sinnhaftigkeit seines Lebens unzufrieden ist und sucht, wie sein Leben wirklich Sinn bekommen kann und sich erhofft, dass dieser Sinn mit Gott gefunden werden kann. Er möchte ein Magis an Leben haben.

Wieder eine andere Möglichkeit ist, dass jemand sein religiöses Leben, seine Beziehung zu Gott und auch das Leben mit Gott im Alltag intensivieren möchte, weil er sich dadurch ein Mehr an Leben und ein Magis an Tiefe erhofft.

Die Sehnsucht nach einem Mehr an Leben, nach Leben in Fülle scheint mir ganz oft am Anfang des Wunsches nach Begleitung zu stehen. Aufgabe des geistlichen Begleiters ist es, dem Begleiteten zu helfen, zu den Möglichkeiten eines erfüllten Lebens zu finden.

Grundlegend ist für mich das Bild der Waage. Die Begleitbeziehung hat immer eine dialogische Konstellation<sup>4</sup>, der Begleitete, der Begleitende und Gott. Aufgabe des Begleiters ist es, Hilfen anzubieten und einen Raum zu eröffnen, damit der Begleitete mit Gott ins Gespräch kommen kann, damit Gott und der Begleitete zueinander finden. Eine wichtige Fähigkeit besteht im aktiven, aufmerksamen und ermutigenden Zuhören.<sup>5</sup>

---

<sup>1</sup> Hinweise:

Zum Bild: Marc Chagall, Moses und der brennende Dornbusch 1960 - 1966. Öl auf Leinwand.

Zum Text:

Eckige Klammern [ ] markieren einen Zusatz des Verfassers.

Zitate werden durch doppelte Anführungsstriche „ „ gekennzeichnet, Zitate in Zitaten durch einfache Anführungsstriche ‚ ‚.

Aus Gründen der Lesbarkeit wird bisweilen nur die maskuline Form verwendet, selbstverständlich ist die feminine Form immer mitzudenken, sofern der Kontext nicht anderes nahelegt.

<sup>2</sup> Vgl. hierzu auch Abschnitt 2.3.1 ‚Leben heißt entscheiden‘

<sup>3</sup> Das Angebot geistlicher Begleitung richtet sich an Menschen, „die, bei normaler psychischer Stabilität und Belastbarkeit, in ihrem Leben Konfliktzonen wahrnehmen und diese in einem realistisch-kreativen, also konstruktiven Prozess angehen möchte. Nicht selten wird die geistliche Begleitung auch von Menschen in Anspruch genommen, die in ihrem Leben vor einer größeren Entscheidung stehen [...]“ (Stücklin, Christoph, *Geistliche Begleitung* nach Ignatius und andere Formen des helfenden Gesprächs, in: VGB-Manuskript 1/05, 9-11, zit. nach: [www.vbg.net/fileadmin\\_us...Manu\\_1\\_05\\_Stuecklin](http://www.vbg.net/fileadmin/us...Manu_1_05_Stuecklin) (15.04.2014).

<sup>4</sup> Vgl. Abschnitt 2.2.2 ‚Das Bild der Waage‘

<sup>5</sup> Vgl. Abschnitt 2.2.1 ‚Bedeutung des Zuhörens und Fragens‘.

Auf der Suche nach einem Leben in Fülle kann sich zeigen, dass der Begleitete an seiner Person arbeiten muss, dass es Schemata in seinem Verhalten gibt, die ein Leben in Fülle verhindern. Diese Steine, die dem Leben in Fülle entgegenstehen, sind nicht immer einfach wegzuräumen. Insofern kann es passieren, dass der Begleitete wie das Volk Israel mutlos wird und am liebsten zu den sicheren Fleischöpfen, zu dem, was er immer gemacht hat, zurückkehren möchte. Das ist zwar nichts ein Magis an Leben, aber ein Leben, das ihm ein Stück Sicherheit bietet.

Aufgabe des Begleiters ist es, immer wieder zum Aufbruch zu einem Mehr an Leben zu ermutigen, Durststrecken mit dem Begleiteten auszuhalten und ihn auf Hilfen hinzuweisen, die ihn stärken können. Dazu gehören für mich das regelmäßige Gebet, die Mitfeier der Gottesdienste und stille Zeiten, in denen jemand zu sich selber und zu Gott finden kann. Hinsichtlich der Schwierigkeiten, die auftreten können, bedarf es des Mutes, Dinge auch anzusprechen; behutsam, damit der Begleitete nicht verletzt wird und sich nicht gedrängt sieht; entschieden, damit die geistliche Begleitung nach vorne führen kann.

Wichtig ist mir hierbei, ein Abhängigkeitsverhältnis ebenso zu vermeiden wie Übertragungen.

Hinsichtlich möglicher Konfliktsituationen zwischen Begleiter und Begleitetem scheint mir das Enneagramm hilfreich zu sein, um manche Reaktionen besser einschätzen zu können. Das betrifft zum einen das Verhalten des Begleiteten und seine Reaktionen, aber auch meine eigenen Gefühle gegenüber dem Begleiteten. Als besonders hilfreich erachte ich die Unterscheidung der drei Zentren: Herz, Bauch und Kopf.<sup>6</sup>

Zudem ist es unerlässlich, sich selber begleiten zu lassen und sich selber immer tiefer kennen zu lernen.

Für eine Begleitbeziehung außerordentlich relevant ist zudem Ehrlichkeit und Realismus. Es bedarf der Zeitplanung, die den Ressourcen beider angemessen ist, und es bedarf der Kenntnis der eigenen Grenzen hinsichtlich der Begleitung.

Für mich persönlich prägend ist die Dynamik der ignatianischen Exerzitien, die sowohl bei der Exerzitienbegleitung als auch geistlichen Begleitung für mich im Hintergrund stehen. Natürlich wird es nicht immer möglich sein, alle Phasen wirklich anzusprechen und gemeinsam diese Aspekte zu betrachten.

Für mich persönlich hängt die Zukunft von Kirche und auch von Gemeinde entscheidend davon ab, ob Menschen wirklich etwas von dem liebenden und befreienden Gott in ihrem alltäglichen Leben spüren.

Prägend ist für mich das berühmte Diktum von Karl Rahner: „Der Fromme von morgen wird ein ‚Mystiker‘ sein, einer, der etwas ‚erfahren‘ hat, oder er wird nicht mehr sein.“<sup>7</sup>

Daher ist es wichtig, dass der Christ der Zukunft jemand ist, „der eigene spirituelle Erfahrungen macht, weil die bloße Tradition nicht mehr ausreicht. Es muss heute jemand schon mit Paulus sagen können: ‚Ich weiß, wem ich geglaubt habe.‘“<sup>8</sup>

Meine Motivation zur Fortbildung in geistlicher Begleitung und Exerzitienbegleitung hängt eng mit meinen persönlich gemachten guten Begleiterfahrungen zusammen. Daher möchte ich gerne - soweit es mit meiner derzeitigen Tätigkeit als Pfarrer vereinbar ist - Menschen regelmäßig begleiten und mich auch ein- bis zweimal jährlich als Exerzitienbegleitung in ein Angebot einbringen.

---

<sup>6</sup> Vgl. Rohr, Richard; Ebert, Andreas, *Das Enneagramm. Die 9 Gesichter der Seele*, München <sup>9</sup>1991, 40-43.

<sup>7</sup> Rahner, *Schriften VII 22*, in: Rahner, Karl, *Sämtliche Werke* (herausgegeben von der Karl-Rahner-Stiftung unter Leitung von Karl Lehmann, Johann Baptist Metz, Albert Raffelt, Herbert Vorgrimler und Andreas R. Batlogg SJ), Freiburg/Basel/Wien 1995ff.

<sup>8</sup> Spaemann, Robert, *Der eine Fortschritt als Aberglaube*. Robert Spaemann wendet sich gegen einen "fiktiven Begriff von Universal-Verantwortung", Interview, in: Die Presse, 20.01.2004, Feuilleton.

Zudem halte ich auch geistliche Begleitung in der Gemeinde und im Bereich der Schulpastoral für sehr wichtig. Allerdings finde ich, dass der Anspruch dort nicht sofort so hoch zu setzen ist, bspw. dass eine Begleitung mit einer Regelmäßigkeit von circa 4-6 Wochen stattfindet, vielmehr erscheint es mir wichtig, auch die Chancen eines spirituellen Gesprächs zu nutzen, das in der Literatur auch als Vorform gesehen wird. Es hat einen Wert an sich, auch wenn es nicht zu einer regelmäßigen Begleitung führt.<sup>9</sup>

*Mit der Sehnsucht fängt alles an - Exodus zu einem Leben in Fülle.*

Dies würde ich als Überschrift über mein persönliches Verständnis von geistlicher Begleitung stellen. Insofern kann geistliche Begleitung mit einem spirituellen Gespräch anfangen und vielleicht auch mal da stehen bleiben, wenn dieses Leben in Fülle im Hintergrund steht.

## **2 Die Begleitbeziehung und die Unterscheidung der Geister - zwei Kernelemente geistlicher Begleitung**

### **2.1 Einführung**

In der Würzburger Synode betont die deutsche Kirche, wie wichtig es ist, Menschen ein personales Angebot zu machen.<sup>10</sup> Mir scheint, dass die Begleitbeziehung hier eine wichtige Komponente sein kann. Zudem gehört es zu den Kernanliegen der ignatianischen Spiritualität, in Entscheidungen hinein zu führen und zu helfen, diese vor Gott verantwortet zu treffen. Eine sehr wertvolle Hilfe hierfür ist die Unterscheidung der Geister und das Wahrnehmen von inneren, geistlichen Bewegungen.

### **2.2 Aspekte der Begleitbeziehung**

#### **2.2.1 Bedeutung des Zuhörens und Fragens**

Das zentrale Fundament jeder Begleitbeziehung scheint mir im Zuhören(können) zu liegen. Die Bedeutung des Zuhörens beschreibt sehr eindrucksvoll Michael Ende:

„Was die kleine Momo konnte wie kein anderer, das war Zuhören. Das ist doch nichts Besonderes, wird nun vielleicht mancher Leser sagen, zuhören kann doch jeder.

Aber das ist ein Irrtum. Wirklich zuhören können nur ganz wenige Menschen.

Und so wie Momo sich aufs Zuhören verstand, war es ganz und gar einmalig.

Momo konnte so zuhören, dass dummen Leuten plötzlich sehr gescheite Gedanken kamen. Nicht etwa, weil sie etwas sagte oder fragte, was den anderen auf solche Gedanken brachte, nein, sie saß nur da und hörte einfach zu, mit aller Aufmerksamkeit und aller Anteilnahme. Dabei schaute sie den anderen mit ihren großen, dunklen Augen an, und der Betreffende fühlte, wie ihn ihm auf einmal Gedanken auftauchten, von denen er nie geahnt hatte, dass sie in ihm steckten.

Sie konnte so zuhören, dass ratlose oder unentschlossene Leute auf einmal ganz genau wußten, was sie wollten. Oder dass Schüchterne sich plötzlich frei und mutig fühlten. Oder dass Unglückliche und Bedrückte zuversichtlich und froh wurden. Und wenn jemand meinte, sein Leben sei ganz verfehlt und bedeutungslos und er selbst nur irgendeiner unter Millionen, einer, auf den es überhaupt nicht ankommt, und er ebenso schnell ersetzt werden kann wie ein kaputter Topf – und er ging hin und erzählte alles das der kleinen Momo, dann wurde ihm, noch während er redete, auf geheimnisvolle Weise klar, dass er sich gründlich irrte, dass es ihn, genauso wie er war, unter allen Menschen nur ein einziges Mal gab und dass er deshalb auf seine besondere Weise für die Welt wichtig war.

So konnte Momo zuhören!“<sup>11</sup>

---

<sup>9</sup> Vgl. Unterwegs mit Gott. Berufungsweg, in: Lichtblick 2012, in: [www.m-et.de\\_fileadmin\\_ME...\\_09-14\\_Berufungsweg](http://www.m-et.de_fileadmin_ME..._09-14_Berufungsweg).

<sup>10</sup> Zur Bedeutung des personalen Angebotes in Bereich der Jugendarbeit vgl.: Beschluß *Jugendarbeit*, in: GSyn I, 288-311, hier: 298-301. Das hier Gesagte betrifft m. E. alle kirchlichen und pastoralen Handlungsfelder.

<sup>11</sup> Michael Ende, *Momo*, Stuttgart 1973, zit. nach: <http://www.thomas-langens.de/archiv/biografiearbeit/Momo.pdf> (14.04.2014)

Der Begleiter sollte ausstrahlen, dass er vorurteilsfrei zuhört und wirklich an dem Begleiteten und seiner Lebensgeschichte interessiert ist. Die zugrundeliegende Haltung, die durch freundliches Fragen ergänzt wird, erläutert hilfreich Tobias Faix in dem Vergleich mit einem Marsmännchen, das auf seine neue Umgebung auf dem Planet Erde vorurteilsfrei und wissbegierig zugeht.

„Stellen Sie sich vor, Sie wären ein Marsmännchen. Sie kommen auf diese Welt und alles ist Ihnen fremd. Das schreckt sie nicht, im Gegenteil: Sie sind unglaublich neugierig und wissensdurstig. Sie kennen nur leider die Gesetzmäßigkeiten dieser Welt überhaupt nicht, aber Sie wollen sie verstehen. Allein das Nachfragen hilft Ihnen zu verstehen. Also fragen Sie. Ohne Vorurteile. Ohne Hypothesen. Ohne Diagnosen, sondern interessiert, manchmal erstaunt, manchmal humorvoll. Aber immer wohlwollend und bereit sich auf einen offenen Verstehensprozess einzulassen, der auch Ihnen neue Erkenntnisse bringt.“<sup>12</sup>

Intensives Zuhören ermöglicht auch wahrzunehmen, dass hinter dem, was der Begleitete sagt, immer mehr an Bedeutung steht als die Worte allein ausdrücken können und als dem Gesprächspartner bisweilen selbst bewusst ist. In der Haltung des aktiven und vertrauensvollen Zuhörens wird es eher möglich, hinter den Worten und nonverbalen Äußerungen wechselnde Gefühle, internalisierte und prägende Überzeugungen und Grundhaltungen wahrzunehmen sowie die Ebene der Existenz, die Gesamtperson in ihrer Gottebenbildlichkeit und damit in ihrer geheimnishaften Dimension zu vernehmen und zu verbalisieren.<sup>13</sup>

### 2.2.2 Das Bild der Waage

Kennzeichnend für das Begleitungsgeschehen ist, dass es wesentlich darum geht, dass der Begleitete und Gott direkt miteinander in Kontakt kommen und Gott an dem Begleiteten wirken kann. Daher soll sich der Begleitende zurücknehmen, er soll sich weder „zu der einen Seite wenden noch zu der anderen, sondern in der Mitte stehend wie eine Waage unmittelbar den Schöpfer mit dem Geschöpf wirken lassen.“<sup>14</sup> Es geht also in der geistlichen Begleitung um ein dialogisches Beziehungsgeschehen; im Mittelpunkt steht nicht die Beziehung des Begleiters zum Begleiteten, sondern die Beziehung zwischen dem Begleiteten und Gott.<sup>15</sup>

Alex Lefrank betont, dass die Kompetenz des Begleitenden vor allem auf die inhaltliche und methodische Anleitung beschränkt ist, er sich keinesfalls in die Entscheidungen einmischen darf, die die Begleiteten selber zu treffen haben.<sup>16</sup>

„In Exerzitien ist [...] das Beziehungs-Geschehen zwischen Gott und dem Exerzitanten, der Exerzitantin das Entscheidende (nicht die Beziehung zur Begleitperson).“<sup>17</sup>

Die Begleitung „soll dazu verhelfen, dass der Dialog zwischen Gott und Mensch immer echter, wahrhaftiger und intensiver wird.“<sup>18</sup>

Eine wichtige Aufgabe des Begleiters besteht zudem darin, das richtige Verhältnis von Warten und spontanem Zugreifen zu finden.<sup>19</sup>

„In der geistlichen Begleitung ist eine wache Präsenz erforderlich, um einen möglichen Kairos nicht zu verpassen. Dazu braucht man manchmal auch den Mut einer Hebamme, die bei der Geburt einen notwendigen Eingriff vornehmen muss.“<sup>20</sup>

So soll der Begleiter einerseits bei zu großer Euphorie vor vorschnellen Entscheidungen warnen<sup>21</sup>, bei Niedergeschlagenheit soll er Mut machen und Kraft für die Zukunft vermitteln.<sup>22</sup>

---

<sup>12</sup> Faix, Tobias, Wiedekind, Anke, *Mentoring*. Das Praxisbuch. Ganzheitliche Begleitung von Glaube und Leben, Neukirchen-Vluyn 2010, 53.

<sup>13</sup> Vgl. Köster, Peter, *Geistliche Begleitung*. Eine Orientierung für die Praxis, St. Ottilien <sup>3</sup>2013, 28-30.

<sup>14</sup> EB 15.

<sup>15</sup> Vgl. Stücklin, *Geistliche Begleitung*, 9-11.

<sup>16</sup> Vgl. Lefrank, Alex, *Umwandlung in Christus*. Die Dynamik des Exerzitien-Prozesses, Würzburg 2009, 90f.

<sup>17</sup> Lefrank, *Umwandlung in Christus* 230.

<sup>18</sup> Lefrank, *Umwandlung in Christus* 230.

<sup>19</sup> Vgl. Köster, *Geistliche Begleitung* 23.

<sup>20</sup> Köster, *Geistliche Begleitung* 24.

Bei allen, bisweilen wirklich notwendigen Interventionen muss sich der Begleiter immer wieder Rechenschaft darüber ablegen, ob er jemand ist, „der sich mit eigener Erfahrung und Spiritualität vor dem zu begleitenden Menschen legitimiert und Gehorsam und Abhängigkeit erwartet und schafft, oder jemand, der auf eine wachsende Glaubensgestalt hin freilassen kann“<sup>23</sup> und ob er jemand ist, „der ausschließlich prägen will und so auch anderen leicht Entscheidungen vermeintlich abnehmen möchte, oder eher [...] einer, der mitsuchend anbietet oder vorschlägt, was jemand freiwillig nur ergreifen kann.“<sup>24</sup>

### 2.2.3 Disposition des Begleiters

Jemand, der andere Menschen geistlich begleitet, muss selber jemanden haben, der ihn geistlich begleitet. Zudem ist es für einen Begleiter notwendig, sich selber immer wieder neu nach der Gegenwart des Heiligen Geistes auszustrecken.<sup>25</sup>

So betont Manfred Josuttis zu Recht:

„Wer Menschen in die verborgene und verbotene Zone des Heiligen führen möchte, muss selber schon Wege in dieser Richtung gegangen sein und muss ‚Techniken‘ anwenden und vermitteln können, die die Kontaktnahme mit dieser Wirklichkeit möglich machen.“<sup>26</sup>

Zudem ist es erforderlich, an der eigenen Person intensiv gearbeitet zu haben und immer neu zu arbeiten, um die eigenen Grenzen und Gefährdungen gerade hinsichtlich der entstehenden Nähe in der Begleitsituation im Blick zu behalten. Hilfreich ist zudem ein erfülltes Privatleben.<sup>27</sup> Dieses kann auch dazu beitragen, dass der Begleiter es nicht nötig hat, persönliche Bekenntnisse, die nicht strikt mit der Wirklichkeit des Begleiteten zusammenhängen, von sich zu geben, da diese meist aus unbewussten Übertragungsgefühlen stammen, - zum Beispiel aus dem Bedürfnis, dem Begleiteten gegenüber in einem besonderen Licht zu erscheinen - oder einfach dem unbewussten Bedürfnis des Begleiters nach Entlastung von seelischen Spannungen Rechnung tragen.<sup>28</sup>

Dies gilt insbesondere auch deshalb, weil der ganze Mensch mit all seinen Facetten und Spannungen und der konkret gelebte Alltag als Ort der Spiritualität verstanden werden und Spiritualität nicht durch einen abstrakt-idealen Raum und theoretische Ideale enggeführt werden sollte.<sup>29</sup>

Der Begleiter handelt aus dem kategorischen Indikativ des Glaubens heraus, der Zusage, dass jeder Mensch von Gott bedingungslos angenommen ist.<sup>30</sup> Aus dieser Überzeugung heraus kann der Begleiter dem Begleiteten die notwendige Liebe entgegenbringen, die - wie Hans Rotter es treffend formuliert - „velle alicui salutem“<sup>31</sup> bedeutet, „dem andern das [sc. die endzeitliche Vollendung des Menschen mit einschließende] Heil wollen“<sup>32</sup>.

---

<sup>21</sup> Vgl. EB 14.

<sup>22</sup> Vgl. EB 7.

<sup>23</sup> Deselaers, Paul, Die Gestalt der Begleitperson. Hintergrund und Erfahrungshinweise, in: Sekretariat der Deutschen Bischofskonferenz (Hg.), „Da kam Jesus hinzu ...“ (Lk 24,15). Handreichung für geistliche Begleitung auf dem Glaubensweg (Arbeitshilfen 158), 48-57, hier: 50.

<sup>24</sup> Deselaers, *Die Gestalt der Begleitperson* 50f.

<sup>25</sup> Vgl. Schödl, Albrecht, Seelsorge in der Geistesgegenwart. Das Seelsorgekonzept Rudolf Bohrens als Anregung einer gemeindebezogenen geistlichen Begleitung, in: Greiner, Dorothea u.a., Wenn die Seele zu atmen beginnt. Geistliche Begleitung in evangelischer Perspektive, 128-143.

<sup>26</sup> Josuttis, Manfred, *Die Einführung in das Leben*. Pastoraltheologie zwischen Phänomenologie und Spiritualität, Gütersloh 1996, 26.

<sup>27</sup> Vgl. hierzu Müller, Wunibald, Intimität. Vom Reichtum ganzheitlicher Begegnung, Kevelaer 2013, 91-100.

<sup>28</sup> Vgl. Köster, *Geistliche Begleitung* 28-30.

<sup>29</sup> Vgl. Deselaers, *Die Gestalt der Begleitperson* 53.

<sup>30</sup> Vgl. ebd. 49

<sup>31</sup> Rotter, *Grundgebot Liebe*. Mitmenschliche Begegnung als Grundansatz der Moral, Innsbruck/Wien 1983, 25.

<sup>32</sup> Ebd. 25.

Die eigene geistliche Erfahrung und die Liebe im oben genannten Sinn ermöglichen die doppelte Empathie, die zum einen das Verständnis für das Gegenüber - auf den anderen einzugehen, auf ihn hinzuhören, seine Fragen und seine Sehnsüchte, seine Ängste und Blockierungen wahrzunehmen und sich von ihnen betreffen zu lassen - und zum anderen das Einfühlungsvermögen Gott gegenüber beinhaltet.<sup>33</sup> Beide Arten der Empathie müssen zu einander in einem ausgewogenen Verhältnis stehen:

„Ist die Empathie [...] einseitig auf das Erleben des Suchenden, seine Gefühle und Neigungen ausgerichtet, so riskiert sie, den anderen einen Weg führen zu wollen, der nicht der Weg Gottes mit diesem konkreten Menschen ist: damit würde sie ihr innerstes Wesen verfehlen! Umgekehrt: Ist sie einseitig auf Glaubensinhalte ausgerichtet, so riskiert sie ‚abzuheben‘, indem sie die konkrete Lebenswirklichkeit des Suchenden außer Acht lässt.“<sup>34</sup>

## **2.3 Aspekte der Unterscheidung der Geister**

### **2.3.1 Leben heißt entscheiden**

Für das menschliche Leben ist es kennzeichnend, dass dauernd Entscheidungen getroffen werden müssen.

Karl Rahner differenziert zwischen Entscheidungen, bei denen ist es legitim ist, diese sozusagen mit der linken Hand zu erledigen, da es unmöglich wäre, in einer andauernden Reflexion zu verharren und Entscheidungen, die aufgrund ihrer Bedeutung einer gründlichen Reflexion bedürfen.<sup>35</sup>

„Andererseits muss der Mensch, wenn er als personales, bei-sich-seiendes und über sich in Freiheit verfügendes Wesen sein Dasein entscheiden und nicht bloß getrieben und be-handelt werden soll, sich auch immer wieder thematisch seinem Tun zuwenden, um dabei durch dieses sich selbst in die Hand zu bekommen. Wenn ihm dies auch nie restlos gelingt, muss er doch mit allem Ernst sein Handeln durchforschen, es auf die Bedingungen hin beurteilen. Er muss sich immer wieder die Frage stellen: wie geht das vor sich, wenn ich in Freiheit handle und mich dabei entscheide, was muss ich beachten, um meine Wahl wirklich personal echt und objektiv richtig zu vollziehen?“<sup>36</sup>

Für die zweite Art der Entscheidung ist die Anwendung der ‚Unterscheidung der Geister‘ sehr hilfreich. Das Thema ‚Entscheiden‘ führt in die „Kernzone des ignatianischen Exerzitiengeweges“<sup>37</sup>.

### **2.3.2 Leben ist geprägt durch innere Regungen**

Das Leben jedes Menschen wird durch innere Regungen wie Freude, Angst, Friede, Unfriede, Ruhe, Gehetztsein, Liebe, Wut oder Hass geprägt und beeinflusst.<sup>38</sup>

Ignatius wandte gerade den Bewegungen und Regungen, die nicht der persönlichen Freiheit entspringen, seine besondere Aufmerksamkeit zu. Ignatius wusste also schon vor den Erkenntnissen der modernen Psychologie, dass sich der Mensch täuschen kann, wenn er in einer bestimmten Situation meint, dass er wirklich frei sei. Das bewusste Ich ist gegenüber den spontanen Regungen und Strebungen, die unsere Motivation und damit unser Tun und Lassen bestimmen, ziemlich machtlos. Die moderne Psychologie weiß darum, dass sich schon in der Kindheit verschiedene Regungen und Antriebe zu Komplexen zusammenfügen und durch Wiederholung verfestigen.

---

<sup>33</sup> Vgl. Schaupp, Klemens, Geistliche Begleitung – Hilfe oder Hindernis für den Gemeindeaufbau, in: [http://www.theologie.uzh.ch/faecher/praktisch/ralph-kunz/Schaupp\\_Geistliche\\_Begleitung.pdf](http://www.theologie.uzh.ch/faecher/praktisch/ralph-kunz/Schaupp_Geistliche_Begleitung.pdf), 5-6.

<sup>34</sup> Vgl. Schaupp, *Geistliche Begleitung* 7.

<sup>35</sup> Vgl. Rahner, Karl, Betrachtungen zum Exerzitenbuch, München 1965, 170.

<sup>36</sup> Ebd. 170.

<sup>37</sup> Stücklin, *Geistliche Begleitung* 10.

<sup>38</sup> Vgl. Kehl, Medard, Hillenbrand, Karl (Hg.), Verkündet die Großtaten Gottes. Aus dem Nachlaß von P. Georg Mühlenbrock SJ, Würzburg 1997, 47-51.



Die Regeln zur Unterscheidung der Geister in EB 313-336, die ein Kernstück des Exerziertenbuches darstellen, bieten Hilfestellungen an, zu möglichst freien und verantworteten Entscheidungen zu gelangen.<sup>39</sup>

Für den Begleiteten ist es wichtig, die inneren Regungen auf der Erfahrungsebene zunächst wertungsfrei wahrzunehmen, da nur das Wahrgenommene auch geklärt werden kann. Schon dieser Schritt birgt das Problem in sich, dass viele Menschen Schwierigkeiten damit haben, bestimmte Vorgänge in ihrem Inneren wahrzunehmen.

In einem zweiten Schritt gilt es, die inneren Vorgänge zu verstehen und dabei zu erkennen, woher diese Regungen kommen, in welche Richtung sie tendieren und welche Auswirkungen sie auf der gedanklichen Ebene haben. In einem dritten Schritt kann dann auf der Erfahrungsebene zwischen Trost und Trostlosigkeit und auf der gedanklichen Ebene zwischen Gedanken aus Trost und aus Trostlosigkeit unterschieden werden. Dieser Prozess wird durch das Verbalisieren der inneren Regungen für sich selber und im Begleitgespräch gefördert.<sup>40</sup>

Ignatius beschreibt die Bewegungen der Seele in der bildreichen Sprache des Mittelalters. Auch wenn uns die Bilder des guten Geistes und des bösen Feindes, die Bilder von Kampf und Krieg eher fremd sind, lohnt es sich mithilfe dieser Bilder den inneren Bewegungen nachzugehen. Der böse Feind ruft in uns Bilder sinnlicher Lust hervor, damit wir in unseren Lasten und Sünden verharren, der gute Geist gibt uns Gewissensbisse und den inneren Geist der Vernunft. Sollte es gelungen sein, schlimme Versuchungen zu überwinden, stimmt der böse Geist traurig und beunruhigt uns mit falschen Gründen, wohingegen der gute Geist uns tröstet und Mut gibt.

Unter Trost versteht Ignatius alles, was die Liebe zu Gott stärkt, Hoffnung und innere Freude wachsen lässt und zu Sanftmut und innerem Frieden führt.

Trostlosigkeit sieht Ignatius dann, wenn Verwirrung, Hinneigung zu niederen Dingen, Umhergetriebensein, Anfechtungen, Mangel an Glaube, Hoffnung und Liebe, lähmende Traurigkeit oder das Gefühl von Gott getrennt zu sein vorherrschen.

In einer solch trostlosen Stimmung sollten nie Entscheidungen getroffen werden. In trostreichen Zeiten ist es gut, Kräfte für trostlose Zeiten zu sammeln.

Der böse Feind macht sich gerne größer, damit wir Angst bekommen. Mit Gottes Hilfe kann man ihm die Stirn bieten und er schrumpft und flieht. Zudem arbeitet er gerne im Verborgenen; werden seine Listen ausgesprochen, so schmilzt seine Macht wie Schnee in der Sonne. Wie ein kluger Feldherr greift er an der schwächsten Stelle an.

Gott möchte uns freudig und fröhlich machen, trösten und Standhaftigkeit verleihen. Der böse Feind, der Durcheinanderwerfer hingegen will verwirren und zeigt sich deshalb auch im Gewand von guten Gründen und Motiven.<sup>41</sup>

Georg Mühlenbrock umschreibt mit 10 Leitsätzen, was im Allgemeinen auf die Herkunft vom Geist Gottes schließen lässt:

- „1. Wenn mir für ein Vorhaben gute Motive zur Verfügung stehen.
2. Wenn mir auch die nötige Zeit und Kraft dafür gegeben sind.
3. Wenn sich etwas gut eingefügt in den Rahmen meiner anderen Aufgaben.
4. Wenn sich mir etwas ‚wie von selbst‘ nahelegt.
5. Wenn ich bei der Erwählung eines Vorhabens ein ‚gutes Gefühl‘ habe, auch wenn das Vorhaben schmerzlich und hart für mich ist.
6. Wenn die betreffende Sache auch ästhetisch schön und ansprechend ist. (Sich schön machen für Gott, wie die Freundin für den Freund).
7. Wenn ich mir gut vorstellen kann, dass auch Jesus so entscheiden und handeln würde.
8. Wenn ich mich bei dem Vorhaben ‚in guter Gesellschaft‘ befinde. (Vgl.: Leben der Heiligen).

<sup>39</sup> Vgl. Lefrank, *Umwandlung in Christus* 198-212.

<sup>40</sup> Vgl. Köster, *Geistliche Begleitung* 120f.

<sup>41</sup> Vgl. Hillebrand, Ludger, 4 Prinzipien ignatianischer Spiritualität, in: [www.martin-loewenstein.de\\_loyola](http://www.martin-loewenstein.de_loyola) 2006\_texte09 (15.04.2014).

9. Wenn ein Vorhaben in mir Glauben und Vertrauen hervorruft.
10. Wenn es der Liebe dient, sie ausdrückt und stärkt.<sup>42</sup>

Gegen den Willen Gottes ist ein Vorhaben in der Regel wenn:

- „1. Etwas über meine Kräfte geht und mich permanent überlastet.
2. Wenn etwas nur mit äußerster Anstrengung, mit Gewalt und Krampf verwirklicht werden kann, mit Hass und Hektik verbunden ist und Ängste auslöst.
3. Was maßlos und verstiegen anmutet, aufsehenerregend und sensationell auf mich und andere wirkt.
4. Was ich nur mit dauerndem Widerwillen und Ekel tun kann.
5. Was sich ordinär, primitiv und unästhetisch gibt.
6. Was kleinlich, haarspalterisch und spinnig wirkt.
7. Was keine Bodenhaftung hat und nicht konkret werden kann (1 Joh 4,1-4).
8. Was lieblos ist und sich für mich und andere destruktiv auswirkt.
9. Was nicht zu der Art und Handlungsweise Jesu passt, wie ich ihn kennen gelernt habe.
10. Was mir den Sinn für das Gebet und die Freude daran raubt.“<sup>43</sup>

### **2.3.3 Der Aberggeist im Gewand des Lichtengels – eine ganz besondere Herausforderung**

„Die Art des bösen Engels, der sich in die Gestalt eines Engels des Lichtes verwandelt, ist es, mit der frommen Seele einzutreten und mit sich selbst auszutreten; will sagen: gute und heilige Gedanken, die einer solchen gerechten Seele angepasst sind, einzuflößen, dann aber ganz allmählich zu seinem eigenen Ziele überzugehen, indem er die Seele in seine verdeckten Betrügereien und verkehrten Absichten hinzieht.“ (EB 332)

Der Aberggeist im Gewand des Lichtengels kann relativ schnell zu Täuschungen führen. Alex Lefrank vertritt die Auffassung, dass solche Täuschungen nur durch eine kritische Reflexion im Sinne der Unterscheidung der Geister zu entlarven sind und hierzu vor allem der Verlauf der gedanklich-inhaltlichen und affektiven Bewegungen genau beobachtet werden muss.<sup>44</sup>

Das Entlarven des Abergestes in der Gestalt des Engels wird nicht zuletzt dadurch erschwert, dass er sich genau der (zunächst eigentlich) guten Inhalte und Stimmen des Menschen bedient, sie dann aber in eine verkehrte Richtung zu führen mag.<sup>45</sup>

Wie schwierig es ist, diesen ‚Aberggeist im Gewand des Lichtengels‘ zu erkennen, zeigt sich m. E. darin, dass er auch einen subtilen Eingang in Überlegungen zur Professionalisierung geistlicher Begleitung gefunden hat.

Ein schönes Beispiel erzählt Klemens Schaupp, auch wenn er es nicht explizit in diesen Zusammenhang stellt. Er sieht bspw. Vorteile in der durch Festlegung von Ausbildungsstandards sichergestellten Qualität, mahnt aber auch: „Erfahrungsgemäß entwickeln etablierte Professionen sehr rasch eine Reihe von Strategien, um ihre Privilegien zu sichern. Dabei begründen sie ihre Privilegien meist in der Weise, dass sie als Schutz ihrer Klienten erscheinen.“<sup>46</sup>

Ein weiteres Beispiel für den ‚Aberggeist im Gewand des Lichtengels‘ ist bspw. beim ‚Typ Zwei‘ im Enneagramm zu finden. ZWEIER können einerseits sehr großzügig sein und helfen gerne. Sie werden gerne gebraucht und sind daher leicht manipulierbar, wenn jemand ihre Hilfe möchte und können daher auf der einen Seite dem Helfer-Syndrom verfallen.

<sup>42</sup> Mühlenbrock, Georg, zit nach: [www.martin-loewenstein.de\\_loyola2006\\_texte09](http://www.martin-loewenstein.de_loyola2006_texte09) (15.04.2014).

<sup>43</sup> Ebd.

<sup>44</sup> Vgl. Lefrank, *Umwandlung in Christus* 347.

<sup>45</sup> Vgl. Lefrank, *Umwandlung in Christus* 470.

<sup>46</sup> Schaupp, Klemens, *Geistliche Begleitung – Berufung oder Beruf?* Überlegungen zum Problem der Professionalisierung der geistlichen Begleitung, in: Sekretariat der Deutschen Bischofskonferenz (Hg.), „Da kam Jesus hinzu ...“ (Lk 24,15). Handreichung für geistliche Begleitung auf dem Glaubensweg (Arbeitshilfen 158), 82-92, hier: 90.

Auf der anderen Seite können sie gerade durch ihre Zuwendung und Fürsorglichkeit andere manipulieren und abhängig machen.<sup>47</sup>

Des Weiteren können Politiker, die erfreulicherweise in einer schweren Situation richtig angepackt haben, später einen selbstherrlichen Politikstil verfolgen.

Da aus etwas Gutem auf subtile Weise in einem oft langen Zeitraum etwas Schlechtes werden kann, bedarf es hier der besonderen Aufmerksamkeit.

### **3 Effectuation und das Potential von Gotteserfahrungen - weiterführende Gedanken zur geistlichen Begleitung**

Aufgabe der geistlichen Begleitung ist, „anderen zu helfen, die Gnade ihrer Taufe neu zu entdecken und ihr entsprechend zu leben.“<sup>48</sup> Idealerweise findet sie alle vier bis fünf Wochen statt, je nach Dringlichkeit öfter.<sup>49</sup>

Wenn es – wie ich überzeugt bin - Hauptaufgabe der geistlichen Begleitung ist, Menschen Erfahrungen mit Gott zu ermöglichen und in der Mitte stehend wie eine Waage unmittelbar den Schöpfer mit dem Geschöpf wirken zu lassen, gibt es sicherlich vielfältigere Wege als es die ‚offizielle‘ Doktrin nahelegt und nochmals mehr Anwege.

Leitend könnte daher der Ansatz des Effectuation sein, den die folgende Analogie brillant beschreibt.

„Es gibt zwei Arten zu kochen. Einerseits kann der Koch ein bestimmtes Essen auswählen, aus dem Kochbuch die passenden Rezepte aussuchen und im Supermarkt die richtigen Zutaten kaufen. Wieder zu Hause, verarbeitet er diese und kocht das Essen genau nach Rezept. Im anderen Fall führt der erste Weg des Kochs zum Kühlschrank und zu den Küchenschrankchen. Dort finden sich unterschiedliche Zutaten und Werkzeuge und schön langsam formt sich vor dem Auge des Kochs ein Bild, welches Essen er damit machen könnte, vielleicht spricht er auch noch mit der Familie oder Freunden darüber, was sie gerne essen würden. Während des Anrichtens findet er noch die eine oder andere passende Zutat und schön langsam ergibt sich das fertige Menü. Ein paar Minuten später, nach einem Telefongespräch mit einem Freund oder auch der Entdeckung einer Dose Kapern, würde es zu einer ganz anderen Entscheidung kommen, welches Essen gekocht werden soll.“<sup>50</sup>

Sinnvoll scheint mir in Bezug auf geistliche Begleitung nicht ein Regelwerk und viele Anforderungen im Sinne der reinen Lehre zu stellen, sondern mit Blick auf die Notwendigkeit einer missionarische Kirche<sup>51</sup> das zu tun, was bei suchenden oder zumindest offenen Menschen möglich ist. Das erlaubt mir die Dinge, die mir in geistlicher Begleitung wichtig geworden sind, auch im Kontext der Arbeit in der Gemeinde oder Schule zu tun. So sind Vorformen eines spirituellen Gesprächs<sup>52</sup> auch in der Arbeit mit Schülern möglich.<sup>53</sup>

Der Gedanke des Effectuation lässt sich gut mit dem ignatianischen Grundwort ‚je-nachdem‘ zusammenbringen. Ignatius brachte damit zum Ausdruck, „man solle dieses oder jenes so oder so oder auch anders tun, *je nachdem* die Person, die Umstände, die Situation, die Zeit es für gut, passend, angemessen, hilfreich usw. erscheinen lassen.“<sup>54</sup>

---

<sup>47</sup> Vgl. Rohr, *Das Enneagramm* 65-81.

<sup>48</sup> Schaupp, *Geistliche Begleitung* 9.

<sup>49</sup> Vgl. Brantschen, Bruno, in: <http://ds1.dreifels.ch/jesuiten/page.asp?DH=65>.

<sup>50</sup> Ambrosch, Marcus, *Effectuation – Unternehmergeist denkt anders*, in: <http://www.u-geist.at/eine-analogie> (14.04.2014)

<sup>51</sup> Vgl. Sekretariat der DBK (Hg.), *Zeit zur Aussaat. Missionarisch Kirche sein* (Die deutschen Bischöfe 68), Bonn 2000.

<sup>52</sup> Vgl. hierzu Abschnitt 1 ‚Aspekte meines Selbstverständnisses‘

<sup>53</sup> Vgl. hierzu: Starke, Magdalena, Roeger, Carsten, *Religiöse Erfahrungen an der Schule? Ein Projekt in fünf Schulstunden*, in: Uldwig Rendle (Hg.), *Ganzheitliche Methoden in der Schulpastoral*, 180-186.

<sup>54</sup> Lambert, Willi, *Aus Liebe zur Wirklichkeit. Grundworte ignatianischer Spiritualität*, Mainz <sup>4</sup>1998, 177 (Hervorhebung im Original).

Menschen bringen in ein geistliches Gespräch oft recht diffuse Gottesvorstellungen und Gotteserfahrungen ein, die die Grundlage für das persönliche spirituelle Gespräch bzw. eine geistliche Begleitung bilden. Sie sollten nicht als defizitär angesehen werden, sondern nach ihrem Potential für das religiöse Wachstum einer Person befragt werden.

Gelingt es einem Menschen, neu aufzubrechen und mit seinen Brüchen zu leben lernen, kann das auf Erfahrungen, die auf Gott gedeutet werden können, hinweisen.<sup>55</sup> Geistliche Begleitung kann solche Deutungen anbieten und das Wachstumspotential in den Gotteserfahrungen herausarbeiten.

Zudem kann jemand reflektierend feststellen, dass ihm an wichtigen Wendepunkten das Wahrnehmen eines Sinnüberschusses geschenkt wurde und kann diese Erfahrung auf Gott hindeuten, der sich im Gefühl von Mut, Trost, Frieden und der Gewissheit des eigenen Weges trotz aller Hindernisse zeigt.<sup>56</sup> Hier kann die geistliche Begleitung helfen, diesen Erfahrungen zu trauen und ermutigen, diese in das eigene Gottesbild zu integrieren.

#### 4 Schlussbemerkung

Ein spanisches Sprichwort sagt: „Reisender, es gibt keine Wege, Wege entstehen im Gehen.“<sup>57</sup>

Und Paulus schreibt: „Stückwerk ist unser Erkennen, Stückwerk unser [...] Reden [sc. und unser Schreiben].“<sup>58</sup>

Jede Auseinandersetzung mit geistlicher Begleitung muss notwendigerweise Stückwerk bleiben; so vielfältig wie die Menschen, sind die Wege, die es Gott erleichtern, mit seinem Geschöpf in Kontakt zu treten.

Geistliche Wege sind auf keiner geistigen Landkarte verzeichnet, sie sind immer individuell, sie sind nicht vorhersehbar, sie entstehen im Gehen, sie sind eingewoben in das Geheimnis Gottes.

Daher bewahrt das

„eigene Zurücktreten hin zur Unergründlichkeit Gottes [...] vor voreiligem Urteilen über Menschen, über Lebenswege, über die Geschichte im Ganzen. Absolutsetzungen von Institutionen und Personen werden drastisch relativiert. Zugleich kann sich der Blick für die bunte Vielfalt der Menschen öffnen, die alle ihre Originalität entdecken und leben sollen, indem sie sich gerade der Schöpfer-Freiheit Gottes anvertrauen. **Letztlich bleibt so jeder Mensch in einem Raum der Freiheit fremdvertraut.** Dass in diesem Prozess der Begegnung Ärger, Auflehnung, Widerstand und Klage eingeschlossen sein können und sind, liegt auf der Hand. Dass Spannungen und Fragen aufstehen, weil das eigene Leben in der Buntheit der vielen Leben sich relativiert, will verarbeitet werden. Gottes Wirken ist so weit und zugleich so genau, dass Entwicklungen von Menschen immer ungleichzeitig erscheinen, für den einzelnen jedoch immer „Zeit der Gnade“ (Ps 69,14) sein können.“<sup>59</sup>

*Mit der Sehnsucht fängt alles an - Exodus zu einem Leben in Fülle.*

---

<sup>55</sup> Vgl. Wollbold, Andreas, *Therese von Lisieux*. Eine mystagogische Deutung ihrer Biographie (Studien zur systematischen und spirituellen Theologie 11), Würzburg 1994, 64f.

<sup>56</sup> Vgl. ebd. 156-162.

<sup>57</sup> Zit. nach: [http://de.wikiquote.org/wiki/Spanische\\_Sprichw%C3%B6rter#R](http://de.wikiquote.org/wiki/Spanische_Sprichw%C3%B6rter#R).

<sup>58</sup> 1Kor13.10.

<sup>59</sup> Deselaers, *Die Gestalt der Begleitperson* 50 (Hervorhebung von cr).