

bracht. Aber hat nicht Ignatius selber die Erfahrung gemacht, daß wir im geistlichen Leben in die Irre gehen, doch aus unseren Fehlern auch lernen können, daß wir also unseren Gedanken, von denen wir irregeleitet wurden, nachspüren, auf deren Anfang, Mitte und Ende schauen und prüfen, wie der „Feind der menschlichen Natur“ sich eingeschlichen habe, um „sich mit dieser erkannten und eingesehenen Erfahrung künftig hin vor dessen gewohnten Täuschungen hüten zu können“<sup>28</sup>?

<sup>28</sup> Vgl. EB 332–334; Ignatius von Loyola, *Der Bericht des Pilgers*, hrsg. von B. Schneider, Freiburg 1956, Nr. 25.

## Hilfen zur Beziehungsklärung

### Die Unterscheidungsregeln des Ignatius von Loyola

Matthias Hartmann, Trier

„Regeln, um einigermaßen die verschiedenen Regungen zu verspüren und zu erkennen, die in der Seele verursacht werden, die guten, um sie anzunehmen, und die bösen, um sie abzuweisen“ (EB 313)<sup>1</sup>. Diese Überschrift des Ignatius zu den Regeln zur Unterscheidung der Geister klingt sachlich. Psychologische, esoterische oder transzendentale Handreichungen versprechen heutzutage ähnliches, aber meist mit viel romantischem Wortschatz. Sie bieten Wege an, wie sich im normalen Alltag Selbstsicherheit und Sensibilität erreichen lassen. Jedoch genau dies ist bei Ignatius nicht gemeint. Ihm geht es um Wegmarken für die religiöse Sehnsucht, wieder ganz zu werden und einen Ort im Ganzen für sich zu entdecken. Das geschieht nicht im rationalen Entwurf, nicht im Rückzug auf eigene Belange und Sorgen oder auf die Ebene des All-eins-Gefühls, sondern im Umgang mit den existentiellen Beziehungserfahrungen von Macht bzw. Niederlage, Lust bzw. Enttäuschung, Leben oder Tod.

#### Regungen verspüren

Wie die ignatianische Überschrift nahelegt, ist das erste Anliegen, diese Regungen überhaupt zu verspüren. Das ist deswegen so schwierig, weil sie auf jeden Fall die bisherige existentielle, oft unbewußte Grundoption

<sup>1</sup> Ich zitiere den Text des Exerzitienbuches nach der Übersetzung von Peter Knauer: Ignatius von Loyola, *Geistliche Übungen und erläuternde Texte*, Graz 1978 (= EB).

des persönlichen Lebens ans Licht holen und oftmals in Frage stellen. Es hat doch jeder ein Modell, mittels dessen er seine Erfahrungen sortiert. Ohne ein solches Modell wäre man angesichts der zu verarbeitenden Reizüberflutung nicht lebensfähig. In unserer Lebenswelt stellt sich noch vorher die Frage, ob wir überhaupt bereit sind, solche Regungen in der Tiefe zuzulassen. Wir leben in einem Klima, das geneigt ist, nur die bessere Hälfte des Lebens, seine Licht- und Erfolgsseiten anzunehmen. Tod, Schuld, Niederlagen werden tabuisiert<sup>2</sup>. Es ist also vorgängig zu dem „Verspüren von Regungen, die in der Seele verursacht werden“, eine Entscheidung gefordert, sich ihnen dort, wo sie den Menschen im „Bei-sich-Sein“ treffen, vorbehaltlos zu öffnen<sup>3</sup>. Vorstellungen sinnlicher Vergnügen bzw. Annehmlichkeiten müssen zusammen mit den Gewissensbissen zugelassen werden (EB 314); beides ist zuerst einmal zu erleben, statt den eingeschliffenen Abwehrmechanismus zu betätigen. Im geschützten Rahmen von Exerzientagen (EB 20) und im Vertrauen auf den Exerzitienbegleiter (EB 17) soll es möglich werden, sich dem ursprünglichen Erspüren seiner selbst bei allem Widersprüchlichen und deshalb Deutungsbedürftigen zunächst einmal zu öffnen. Konkret heißt das, auf den eigenen Körper zu hören und neu auf Wohlfühlen/Ungewohntsein, Wärme/Kälte, Härte/Weichheit, Licht/Dunkel aufmerksam zu werden. Im Körperlichen und über es geschieht die erste Begegnung des Menschen mit seiner Umwelt, mit Personen. Selbst bei geistigen Problemen oder geistlichen (Betrachtungs-)Inhalten schwingen die Sinne mit<sup>4</sup>. Für Ignatius ist das die subjektive Seite der Übungen, nämlich selber die eigene Beteiligung zu spüren (EB 2).

Im Zulassen der Regungen meldet sich nun erneut die Sehnsucht nach Ordnung, jetzt aber nicht als Verdrängungsmechanismus, sondern als Verlangen, ganz zu werden. Dorothee Sölle hat als junge Studentin

<sup>2</sup> Diese Beschreibung der alltäglichen Lebenswelt in der BRD und ihrer Mechanismen schließt sich an die Analyse an, wie sie im Synodenbeschuß *Unsere Hoffnung* (Kap.: „Vergebung der Sünden“) vorgelegt wird (in: *Gemeinsame Synode der Bistümer in der Bundesrepublik Deutschland, Offizielle Gesamtausgabe I*, Freiburg 1976, 93 f.).

<sup>3</sup> Für „Empfinden“ kann man in diesem Zusammenhang auch „Gewissen“ sagen, wenn man den ersten, besonders in der mittelalterlichen Mystik betonten Sinn meint, nämlich Gewissen als das „Bei-sich-Sein“ des Menschen; vgl. Georg Teichtweier, *Gewissen*, in: *Praktisches Wörterbuch der Pastoral-Psychologie*, Wien/Göttingen 1975, 415–418.

<sup>4</sup> Fridolin Marxer stellt in seiner Untersuchung *Die inneren geistlichen Sinne. Ein Beitrag zur Deutung ignatianischer Mystik*, Freiburg 1963, heraus, daß Ignatius eine „geistliche Sinnlichkeit“ (115) kennt. Sie bezieht sich auf alle fünf Sinne (116) und beinhaltet „ein Empfinden und ein Gewahren, ein Bewußt- und Innenerwerben, ein Fühlen und Erfühlen in der äußeren sinnlich-leiblichen Zone und im inneren Blick der Seele“ (137). Nach Ignatius steht dieses „Spüren“ (sentir) ganz am Anfang der geistlichen Übungen: „Nicht das viele Wissen sättigt und befriedigt die Seele, sondern das Innerlich-die-Dinge-Verspüren-und-Schmecken“, was der Übende selbstständig suchen und finden soll (EB 2).

einmal versucht, diesen Aufbruch der Sehnsucht in Worte zu fassen, wobei die traurige Alternative des Lebens, das nur um sich selber kreist und das deswegen vor vielem die Augen verschließen muß, besonders kraß gezeichnet wird.

Ganz-sein – nicht zerstückelt  
Heil-sein – nicht zerstört  
Heil-werden – nicht kaputt machen  
Hungern nach Gerechtigkeit – nicht satt sein in der  
Ungerechtigkeit  
Authentisch leben – nicht bewußtlos, apathisch  
In den Himmel kommen – nicht in der Hölle bleiben<sup>5</sup>

Die grundlegende Umorientierung, um ganz zu werden – und das ist nicht nur christlicher Glaube, den manche Kreise der Ideologie verdächtigen, sondern Erfahrung und Weisheit vieler Großer –, ist die von der Ich-Fixierung zur Du-Beziehung; denn erst dort bekommen alle Regungen Platz, auch die eher negativen. Erst in der Du-Beziehung (zu Gott und dem Nächsten) lohnt es sich, auch Unannehmlichkeiten auf sich zu nehmen, Bedürfnisbefriedigung aufzuschieben, Anhänglichkeiten zu lösen, Schmerz auszuhalten usw., wenn und weil ja die Beziehung davon abhängt. Durch das „Zulassen“ und „Verspüren“ wird der Schritt vom „Haben“ aller möglichen Erfahrungszustände zum „Sein“ als Person, die in vielen Regungen lebt, möglich. Und dies führt in die Begegnung mit Gott – vermittelt durch die Kirche in der Person des Exerzitienbegleiters. Gott ist der „Eine“ und führt zur Einheit in allem, was geschieht. Ihm ist nichts Menschliches fremd; der Mensch muß nicht mehr einem Unschuldswahn von „Ideal“-Bild nachlaufen. Auch Leib und Schwäche finden in der Begegnung mit ihm ihren Ort; denn alle Geschichten Gottes mit den Menschen reden davon, daß es möglich ist, ungeteilt und einmalig in seinem eigenen Menschsein vor Gott dasein zu können. Er nimmt den Menschen als Gegenüber an. Jetzt werden Traurigkeit, Menschenfurcht, Verzagtheit als Abschiedsschmerz vom alten, in sich selbst gefangenen Ich deutlich, während Erfahrungen von Ruhe, Tröstungen, Kraft, Tränen als Erleichterungen und Entfernen von Hindernissen auf dem Weg zur Begegnung gedeutet werden dürfen (EB 315).

Mit diesem Schritt, sich selbst in die Du-Beziehung zu Gott und dem Nächsten einzubringen, werden die Regungen von der Ebene des bloß

<sup>5</sup> Dorothee Sölle, *Die Hinreise. Zur religiösen Erfahrung – Texte und Überlegungen*, Stuttgart 1975, 26.

Faktischen auf die Ebene des „Personalen“ gehoben. Sie bekommen personale Bedeutung, schwingen zwischen Glauben, Hoffen und Lieben. Mit dieser personalen Einbergung könnte man sich zu Recht zufrieden geben. Alles, „Gesundheit wie Krankheit, Reichtum wie Armut, Ehre wie Ehrlosigkeit, langes Leben wie kurzes“ (EB 23, Anfang und Grund), kann Sinn bekommen.

### Regungen als Mitteilung erkennen

In dieser umfassenden Geborgenheit wird der Mensch als einzelner und einzigartiger erkennbar: Das ist der nächste Schritt der Regeln zur Unterscheidung. Mit dem Schritt des Zulassens der Regungen und dem von der Ich-Fixierung zur Du-Beziehung will Ignatius das Gespür für die eigene Individualität vor Gott und den Menschen wecken. Erkenntnistheoretisch ist es das Problem von „Gestalt und Horizont“ (d. h. welche „einmalige“ Gestalt erwächst im Horizont „allgemeiner“ Einsichten und Gefühle), theologisch das des Individualwillens Gottes (was will Gott von mir ganz persönlich?); Ignatius begreift es als ein Problem der Beziehung zwischen Personen, wobei die inneren Regungen wie Worte verstanden werden, die etwas über das Verhältnis zwischen Gott und dem einzelnen mitteilen. Nach Roland Barthes liegt die schöpferische Leistung bei Ignatius darin, daß er die Grundvoraussetzung aller Beziehung bzw. Mitteilung, nämlich das „Ja“ und das „Nein“ im Blick auf seine Regungen, sprachlich und methodisch greifbar gemacht hat<sup>6</sup>.

Es ist die Unterscheidung zwischen „Trost“ und „Trostlosigkeit“ (EB 316 und 317). Trost meint die Erfahrung von Nähe und Geborgenheit im Ganzen und vor Gott, Trostlosigkeit das Gegenteil, nämlich Erfahrung von Einsamkeit und Getrenntsein vom Ganzen und von Gott. Die klare Alternative ermöglicht dem Übenden, im Lauf der Zeit die persönliche Form der Beziehung zu Gott, d. h. die Antwort auf Jesus als das Wort Gottes herauszuspüren, also seine konkrete Form der Nachfolge zu finden<sup>7</sup>. Ausgangspunkt und Grundlage bei allem ist der Trost, der wohl

<sup>6</sup> Roland Barthes, *de Sade, Fourier, Loyola*, Frankfurt 1975, 64. Die rein formale, sich der Sache verschließende Übersetzung verstellt den wichtigen französischen Text oftmals bis zur Unkenntlichkeit.

<sup>7</sup> M. Schneider deutet die Exerzitien als exemplarische Einübung in die Nachfolge. Dadurch vermeidet er die unfruchtbare Alternative, ob Exerzitien „rein“ als Lebens- und Standeswahl geschehen oder „nur“ als Anleitung zur Vertiefung des geistlichen Lebens zu verstehen seien. Unter dem Blickwinkel „Einübung in die Nachfolge“ wird verständlich, warum die gleichen Übungen zu unterschiedlichen Zielen, je nach der Situation des Übenden, dienen können (vgl. u. a. EB 18 und 189). Alles aber steht unter der Ermöglichung größerer Nachfolge als Ordnung der Lebensführung aus dem Willen Gottes (EB 1). Michael Schneider, *Unterscheidung der Geister. Die ignatianischen Exerzitien in der Deutung von E. Przywara, K. Rahner und G. Fessard*, Innsbruck 1983, 22 ff.

unterschiedliche Intensitätsgrade haben kann, immer aber Anzeichen für die Stimmigkeit zwischen dem Gott Jesu und dem Menschen ist. Auf dieses „Ja“, diese annehmende Stille hin sind die Indifferenzbemühungen ausgerichtet (EB 318–321), bei denen es darum geht, daß auch die Trostlosigkeit sich nicht als unverständlicher Zustand der Verlassenheit verselbständigt, sondern als zu lesendes Zeichen innerhalb des Verhältnisses zwischen Gott und dem Menschen verstehbar bleibt.

Um diese Unterscheidungsfähigkeit beim Übenden zu wecken, schlage ich bei Exerzitien vor, sich jeweils für einen oder mehrere Tage mit einer biblischen Figur zu beschäftigen<sup>8</sup>. Jeder Tag mit all seinen Meditationen, Reflexionen, Gottesdiensten usw. steht unter einer Gestalt: Abraham, Mose, Elia, Maria, Petrus, ... So bleiben Ganzheitlichkeit und Personalität gewahrt. Man wird aufmerksam auf die existentiell einfachen, weil umfassenden Regungen in der Seele. So kann der Übende merken, wie Abraham sein Vertrauen weckt, welches körperlich-seelisch weit-macht, oder daß Abraham eine Ängstlichkeit wachruft, die der Übende vor solcher Zumutung sich gleichsam zusammenkauern läßt (Angst-eng). Bei Mose könnte er merken, wie liebevolle Wärme zum Nächsten sich ausbreitet oder aber deren Gegenteil, nämlich verärgerter Rückzug in die Selbstgenügsamkeit, weil die Nähe des anderen ihn belastet. Genauso könnte die Gottesmutter Maria Helligkeit verbreiten oder aber Dunkelheit, wenn das eigene Unvermögen schmerzlich in den Vordergrund tritt. Diese möglichen Reaktionen sind, da es ja um den einzelnen geht, individuell verschieden und deswegen nicht einfach hin vorher-sagbar und auch nicht einspurig ausdeutbar. Wohl läßt sich von vornherein annehmen – und das ist die entscheidende Einsicht des Ignatius mitsamt seinen Regeln zur Unterscheidung –, daß es zu gegensätzlichen Regungen kommen wird (EB 6), eben weil es um einmalige Personen und nur um sie geht. Da gibt es nur die Möglichkeit von Gemeinsamkeit oder Rückzug ins Ich. Welt und Nächster bleiben dabei ausgespart, werden aber zum Gleichnis, indem sie mitschwingen oder aber störend wirken.

---

<sup>8</sup> Die Begründung dieses Vorschlags in den Exerzitien findet sich bei den „Drei Weisen zu beten“ (EB 238–260). Die formale Ganzheitlichkeit (alle Zehn Gebote, alle sieben Todsünden, die drei Seelenfähigkeiten, die fünf leiblichen Sinne – EB 238 –, bzw. die Bedeutung der einzelnen Wörter eines formulierten Gebetes wie des Vaterunsers zu betrachten – EB 249 –, bzw. bei jedem Atemzug zu beten – EB 258) mündet in die Ganzheitlichkeit einer Begegnung zwischen Personen. So soll das abschließende Gebet sich an Christus oder an Maria richten, die man nachahmen will (EB 248), oder an die Person sich wenden, an die das Gebet gerichtet war (EB 257).

## Regungen konkretisieren

Jede menschliche Beziehung findet schon in der Zeit, da man sich verstehen lernt, zu Bildern und Zeichen, in denen das gemeinsame Verständnis anschaulich wird. Im Verhältnis zum Gott Jesu geschieht das genauso. Nicht umsonst kommen Jugendliche von intensiven religiösen Tagen mit einem Song, einer neuen Gebetshaltung, einem Bild, Abzeichen oder ähnlichem zurück. Das mag als Totem oder Talisman belächelt werden, hat aber die suggestiv wirksame Kraft des Greifbaren, d. h. in der Form einer „Gestalt“ wird das ganze Kommunikationsgefüge verlässlich zusammengefaßt und – da es sich ja „nur“ um ein Zeichen handelt – gleichzeitig geöffnet zu weiteren Entwürfen „szenisch“ entfalteter Lebenspraxis.

„Für alle präsentativen Symbole ... aber gilt: Sie ‚wirken‘ als *Ganzheiten*, weil sie aus ganzen *Situationen*, aus *Szenen* hervorgehen und Entwürfe für szenisch entfaltete Lebenspraxis sind ... Symbol einer Lebensform, unmittelbar bezogen auf eine ‚innere Gestalt‘ (im Schöpfer wie im Rezipienten), also auf ein konkretes Erlebnisgefüge, d. h. auf ein ‚Stück‘ der Lebenswelt, das in sich – pars pro toto (als Teil, in dem das Ganze angezeigt ist) – das In-der-Welt-Sein der Betroffenen spiegelt.“<sup>9</sup>

Ignatius kennt solche Verleiblichungen für jede Phase der vierwöchigen geistlichen Übungen und rät dazu, sie bewußt einzusetzen. So legt er z. B. in den Zusätzen für die „erste“ Woche Wert auf bildhafte Orientierung im Verhalten zu Gott (sich wie ein beschämter Ritter vor dem Königshof vorzukommen) oder auf das Herausfinden der jeweils entsprechenden Körperhaltung oder auf das Herausspüren der zuträglichen Buß- bzw. Fastenübungen (EB 73ff).

Die Kraft solcher symbolischer Gestaltwerdung zwischen Personen liegt darin, daß sie Sicherheit verheißt, daß sie das Verhältnis zwischen dem anderen und sich selbst zur Verfügung stellt, ohne immer wieder in die Dramatik der unmittelbaren Begegnung einsteigen zu müssen. Sie ist auch das Ziel aller Bemühungen, „unmittelbar den Schöpfer mit dem Geschöpf wirken zu lassen und das Geschöpf mit seinem Schöpfer und Herrn“ (EB 15). So sind für Ignatius die Hauptgründe, warum sich jemand trostlos findet, Fehleinschätzungen (EB 322) von äußereren Zeichen und Übungen – z. B. die Geringschätzung von Übungen und Zeichen überhaupt, womit der Übende von sich aus in die Einsamkeit gerät. Ein anderer Grund ist die Fixierung auf die Spürbarkeit eines guten, vertrauenden Verhältnisses zu Gott, womit Gott auf eine sublime Weise

---

<sup>9</sup> Alfred Lorenzer, *Das Konzil der Buchhalter. Die Zerstörung der Sinnlichkeit – eine Religionskritik*, Frankfurt 1981, 31.

zum Selbstgenuss mißbraucht wird. Ein weiterer Grund ist die Über schätzung der eigenen Fähigkeit, vermittels der Übungen sich „gesteigerte Andacht, intensive Liebe, Tränen oder irgendeine andere geistliche Tröstung herbeizubringen oder zu haben“ (EB 322); damit gingen das Geschöpf und der Schöpfer als Personen in Aszetik unter; das Verhältnis von Glauben, Hoffen und Lieben würde auf bloße Leistungen – mögen sie noch so tief, so „transzendent“ aufgefaßt sein – reduziert.

Herauszuspüren, wo und warum das eigene Verhalten vor Gott schief liegt, erfordert regelmäßige Zeiten der Prüfung, mehr noch: eine durchgängige Aufmerksamkeit im alltäglichen Leben. So stellt Vladimir Satura warnend die Grenzen der Meditation mit lernpsychologischen Erkenntnissen heraus<sup>10</sup>. Er behauptet, daß regelmäßiges intensives Meditieren nur dann und auf Dauer in den Alltag zu integrieren sei, wenn der Alltag auch sonst von Geistlich-Geistigem durchdrungen ist. Daß dann nur noch bestimmte Berufsgruppen meditieren dürften, könnte daraus gefolgert werden. Dies aber wäre überzogen; Satura gibt auch selbst zu bedenken, daß auch eine moralische Umkehr und lebenspraktische Neuorientierung (also eine bleibende „Umkehr“-Haltung, die sich nicht so sehr in bewußtseinsmäßigen Augenblicken des Innehaltens und Auf-Gott-Schauens konkretisieren muß) Integration leisten kann. Und doch, auch Ignatius rät, diesem Anliegen der geistlichen Sensibilität und im Konkreten erfahrbar werdenden Integrationskraft während der Exerzitien besondere Aufmerksamkeit zu schenken. Gegebenenfalls ist der Exerzitant vom weiteren Vorgehen abzuhalten (EB 9), bis die nötige Erfahrung im Umgang mit „subtileren und höheren Stoffen“ gewachsen ist. Oder, wenn eine solche Entwicklung in absehbarer Zeit nicht zu erwarten ist, muß der Übende klare Konkretisierungen finden, z. B. „häufiger beichten, als er gewohnt war, damit er sich in dem erhalte, was er gewonnen hat“ (EB 18c).

### Regungen mittels Bilder ergründen

Wer sich noch weiter im „Leben der Reinigung“ (EB 10) üben will, dem gibt Ignatius neue Hinweise. Sie gehen tiefer als die Hinweise zum Umgang mit äußeren Zeichen und Übungen. Sie dienen dazu, die unbewußten Verhaltensmuster aufzuspüren und sie in die Beziehung zu Gott zu integrieren. Zwischenmenschliche Szenen, die wie Testbilder verwendet

---

<sup>10</sup> Vladimir Satura, *Grenzen der Meditation*, in: Christ in der Gegenwart 35 (1983) Nr. 35 vom 28. 2. 83, 285f.

werden können, hat Ignatius herausgefunden, um die eigene Ausrichtung auf Gott auszuleuchten (EB 325–327)<sup>11</sup>.

Die erste Szene beschreibt die Taktik, wann und wie eine aufbrausende, zänkische Frau Eindruck zu machen versucht. Damit wird der Übende in die Frage gestellt, wie er mit Autorität umgeht bzw. wie er seine eigene Macht einsetzt; ob er z. B. durch kleinliches Bemängeln auf Gott und den Nächsten Einfluß zu gewinnen sucht. Die zweite Szene stellt den Hausfreund eines Ehepaars vor, wie er im geheimen als falscher Liebhaber die Ehefrau zu betören und zu gewinnen sucht. Diese Geschichte hilft aufzudecken, ob und wie der Übende mit ähnlich verdeckter Absicht selbst im Verhältnis zu Gott nur den eigenen Lustgewinn anstrebt. Ignatius rät also, sehr tief in das Unterbewußte bis zu den erotischen Wünschen zu gehen und zu spüren, wieweit sie das Handeln selbst im Geistlichen prägen. Die dritte Szene röhrt ebenfalls an tiefe Wurzeln. Ein Feind versucht, eine Burg an ihrer schwächsten Stelle zu brechen. Diese Geschichte erfragt die Einstellung zum Leben überhaupt, ob sich der Übende eher zerstören läßt, als daß er um seine Abgrenzung und seine Eigenständigkeit kämpft.

Allein die Tatsache, daß sich der Übende mehr oder weniger zutreffend vorstellungsmäßig in solche Situationen begeben kann, hat schon heilende Wirkung. Es lösen sich nämlich neurotische Verspannungen auf, weil solche tiefliegenden Verhaltensmuster mit in das Verhältnis zu Gott genommen werden und dadurch in ihrer Eigendynamik relativiert werden. Neurotisch im eigentlichen Sinn wäre nämlich, nur noch ein Muster für sich selbst zu kennen, sei es, überall sexuelle Mächte am Werk zu erleben oder sich immer bedroht zu fühlen oder der eigenen Zerstörung hilflos ausgeliefert zu sein. Ein Neurotiker öffnet sich nicht mehr für die Fülle, die in einer Begegnung liegt, sei es Lust/Enttäuschung, Macht/Niederlage, Selbstbehauptung/Selbstverlust. Diese Bil-

---

<sup>11</sup> „Der Feind verhält sich wie eine Frau. Er wird durch Kraft schwach – und stark bei Nachgiebigkeit. Denn so, wie es der Frau eigen ist, wann sie mit einem Mann streitet, den Mut zu verlieren und die Flucht zu ergreifen, wann ihr der Mann die starke Stirn zeigt; und umgekehrt, wann der Mann zu fliehen beginnt und den Mut verliert, die Wut, Rachsucht und Wildheit der Frau sehr gesteigert und so ohne Maß ist ... Ebenso verhält er sich wie ein falscher Liebhaber. Er will verborgen sein und nicht entdeckt werden. Denn so wie der falsche Mensch, der zu bösem Ziel redet und der Tochter eines guten Vaters oder der Frau eines guten Gatten Anträge macht, will, daß seine Worte und Überredungskünste geheim bleiben, und ihm das Gegenteil sehr mißfällt, wenn die Tochter ihrem Vater oder die Frau ihrem Gatten seine falschen Worte und seine verdorbene Absicht entdeckt, weil er leicht folgert, daß er mit dem begonnenen Unternehmen nicht zu Ende kommen kann ... Ebenso verhält er sich wie ein Anführer, um zu siegen und zu rauben, was er wünscht. Denn wie ein Hauptmann oder Anführer des Feldlagers in Stellung geht und die Kräfte oder die Versassung einer Burg anschaut und sie auf der schwächsten Seite angreift ...“

der stehen nicht in Konkurrenz zu Glauben und Vertrauen, sondern sollen es nur klären, so daß wirklich Gott als Gegenüber in seiner Andersartigkeit und freigebigen Unverfügbarkeit und faszinierenden Gegenwart gemeint ist.

Der Umgang mit diesen Testbildern soll zuerst also das Unbewußte aufhellen helfen. Ignatius gibt darüber hinaus Verhaltensregeln an, wie eine neue Einstellung des eigenen Lebens zum Heil der Seele zu suchen und zu finden ist (EB 1). In der Situation des falschen Liebhabers rät er, allen Mut zusammenzunehmen und die lüsterne Heimlichtuerei offen zu bekennen; dann wird diese Spaltungstendenz in sich zusammenfallen. Findet man sich wieder als zänkisches Weib, soll man sich selber ins Angesicht widerstehen, und aller innerer Aufruhr verpufft als mißtrauische Wichtigtuerei. Im Falle der bedrohlichen Belagerung des eigenen Selbststandes hilft nur das Akzeptieren der Realitäten, nämlich Schwächen zugeben und an ihrer Stärkung zu arbeiten. Diese Ratschläge haben einen gemeinsamen Tenor: zu sich selber stehen; denn „allen neurotischen Erkrankungen sind gemeinsam: eine ausgesprochene Schwäche der Ich-Instanz, die sich gegenüber Es, Über-Ich und Außenwelt nicht durchsetzen kann, und ein Wiederholungszwang“<sup>12</sup>. Es ist zwar leichter benannt und beredet als getan, aber trotzdem stimmt die Richtung, und jeder Schritt auf diesem Weg tut gut. Es gilt, Schritt für Schritt sich dem Geheimnis, das der Mensch ist und das er in der Begegnung mit Gott und dem Nächsten entdeckt, zu nähern und seine Tiefe nicht partiellen oder phasenweisen Erschütterungen zu opfern. Das Ich ist mehr als seine Emotionen, Verhaltensmuster und Fragen.

### Sich Gott übergeben

Dietrich Bonhoeffer drückt den entscheidenden Schritt der letzten Übergabe an Gott, der eben dann als bergendes Geheimnis erfahren und bejaht wird, folgendermaßen aus:

Wer bin ich?  
Einsames Fragen treibt mit mir Spott.  
Wer ich auch bin,  
Du kennst mich,  
Dein bin ich, o Gott!<sup>13</sup>

<sup>12</sup> Joachim Scharfenberg in: *Praktisches Wörterbuch der Pastoral-Anthropologie*, Wien/Göttingen 1975, 772.

<sup>13</sup> Dietrich Bonhoeffer, *Widerstand und Ergebung*, München 1970, 381 f. Der vollständige Wortlaut des Gedichtes ist:

Vorher hat er sich mit dem Bild des Gutsherrn, einem Bild für Stärke, auseinandergesetzt. In der nächsten Strophe dieses Gedichtes findet er sich wie ein Vogel vor, ringend nach Lebensatem, hungernd nach Farben, nach Blumen ..., dann wieder zitternd vor Zorn über Willkür und kleinlichste Kränkung, umgetrieben vom Warten auf große Dinge ..., müd' und matt. In immer wieder neuen Bildern variiert er in den folgenden Strophen diese Grundsituationen von Macht, Lust und Freude, Versagen und Schwäche, bis alles in diese Zeilen mündet. Er bleibt nicht in Selbsterfahrung hängen, sondern läßt alles zusammengefaßt sein in der Übergabe an den immer noch größeren Gott.

Es ist die Übergabe, die nach Ignatius im „Gespräch der Barmherzigkeit“<sup>14</sup> am Schluß der Übungen während der ersten Woche gesucht wird.

Wer bin ich? Sie sagen mir oft,  
ich träte aus meiner Zelle  
gelassen und heiter und fest  
wie ein Gutsherr aus seinem Schloß.

Wer bin ich? Sie sagen mir oft,  
ich spräche mit meinen Bewachern  
frei und freundlich und klar,  
als hätte ich zu gebieten.

Wer bin ich? Sie sagen mir auch,  
ich trüge die Tage des Unglücks  
gleichmütig, lächelnd und stoltz,  
wie einer, der Siegen gewohnt ist.

Bin ich das wirklich, was andere von mir sagen?  
Oder bin ich nur das, was ich selbst von mir weiß?  
Unruhig, sehnstüchtig, krank, wie ein Vogel im Käfig,  
ringend nach Lebensatem, als würgte mir einer die Kehle,  
hungernd nach Farben, nach Blumen, nach Vogelstimmen,  
dürstend nach guten Worten, nach menschlicher Nähe,  
zitternd vor Zorn über Willkür und kleinlichste Kränkung,  
umgetrieben vom Warten auf große Dinge,  
ohnmächtig bangend um Freunde in endloser Ferne,  
müde und leer zum Beten, zum Denken, zum Schaffen,  
matt und bereit, von allem Abschied zu nehmen?

Wer bin ich? Der oder jener?  
Bin ich denn heute dieser und morgen ein anderer?  
Bin ich beides zugleich? Vor Menschen ein Heuchler  
und vor mir selbst ein verächtlich wehleidiger Schwächling?  
Oder gleicht, was in mir noch ist, dem geschlagenen Heer,  
das in Unordnung weicht vor schon gewonnenem Sieg?

Wer bin ich? Einsames Fragen treibt mit mir Spott.  
Wer ich auch bin, Du kennst mich, Dein bin ich, o Gott!

<sup>14</sup> EB 61: „Enden mit einem Gespräch der Barmherzigkeit, indem ich mich ausspreche und Gott, unserem Herrn, danke, weil er mir bis jetzt das Leben geschenkt hat. Dabei sich künftighin mit seiner Gnade Besserung vornehmen. Vater unser.“