

# EINÜBUNG UND WEISUNG

## Fastenzeit

### Zur Dynamik von Versuchung

Besonders während der Fastenzeit legt es sich nahe, nach innen zu schauen, um so intensiver zu erkennen, was es mit den Strukturen und der Dynamik von Versuchung auf sich hat. Bei der folgenden Übung geht es um eine Auseinandersetzung im Menschen, deren heilsgeschichtlichen Hintergrund die Konfrontation Jesu mit dem Versucher *bildet*. Die entsprechende Betrachtung gelingt oft leichter, wenn dabei die Fähigkeit, innerlich zu hören, das visuelle Vorstellungsvermögen, der innere Sinn des Riechen- und Schmecken-Könnens, die emotionalen Kräfte des Fühlens und Spürens angewendet werden.

### Zeit der Sammlung – Trotz Chaos in die Wüste

Zu Beginn kann man sich vornehmen, in einer etwa halbstündigen Gebetszeit nicht so sehr intellektuell-kognitive Überlegungen anzustellen, sondern offen zu sein für ein *ganzheitliches*, organisch wachsendes psychisches Erlebnis. Selbst wenn zunächst eine gewisse Abneigung besteht, gilt es, sich auf den inneren Schauplatz des Geschehens, eine Wüstensituation, einzulassen.

Wüste ist der Ort, an dem der Diabolos in seiner Vermessenheit dem fastenden Jesus Scheinalternativen suggeriert. Dreimal versucht der Geist der Lüge mittels des Musters „Wenn-Dann“ zu einer Fehlentscheidung zu locken (vgl. Mt 4,1–11; Mk 1,12f; Lk 4,1–13). Doch vor der Treue Jesu, dem „Entweder-Oder“ seiner Freiheit, muß sich die Gestalt des Verwirrers schließlich in Schall und Rauch auflösen. Seine Nichtigkeit wird offensichtlich. Dagegen gehören gute geistige Mächte in das Umfeld Jesu.

Ignatius von Loyola legt folgende Betrachtung vor:

*Erstens: Nachdem Jesus getauft worden war, ging er in die Wüste, wo er vierzig Tage und vierzig Nächte fastete.*

*Zweitens: Er wurde dreimal vom Feind versucht: Der Feind naht sich ihm und sagt ihm: „Wenn du Sohn Gottes bist, sag, daß diese Steine sich in Brot verwandeln; wirf dich von hier hinab; alles dies, was du siehst, werde ich dir geben, wenn du auf die Erde niederfällst und mich anbetest.“*

*Drittens: Die Engel kamen und dienten ihm.<sup>1</sup>*

---

<sup>1</sup> Ignatius von Loyola, *Geistliche Übungen*, übers. u. erl. von P. Knauer, Graz 1978, 113 (Nr. 274). In den Kontext der Auseinandersetzung mit dem Bösen gehört auch die „Zwei-Banner-Betrachtung“ (Nr. 142 f).

**Zeit der Betrachtung – In der Wüste**

Wüste. Wir werden erinnert an Steine, Geröll, Sand, Dünen ...; nicht nur karg, sondern wüst und leer sieht der Boden aus. Mühsal, Hunger und Durst treffen den Menschen dort. Dem inneren Bild einer Wüstenlandschaft mit ihrer Dürre, ihrer Hitze, ihren Resten von Tierskeletten ... entspricht beim Meditierenden oft ein Gefühl von großer Müdigkeit, Isolation und Verlassenheit. Man fühlt sich erschöpft. Anfechtungen, Verlockungen und Halbwahrheiten dringen leicht ins Innere ein; die Widerstandskraft ist geschwächt. Aber gerade so kann die Wüste zum entscheidenden Ort für eine Begegnung werden, aufgrund der die „Unterscheidung der Geister“ neu gelernt wird.

Zuweilen gelingt es erst, die Gestalt Jesu in der Wüste anzutreffen, wenn genügend Mut aufgewendet wird, tiefer in den inneren Bereich der Abgeschiedenheit hineinzugehen. Zum Erlebnis der Tiefe der Wüste gehört es, bereit zu sein, „Trockenheit“ zu ertragen. Erst nach mancher, vor allem geistig-geistlicher Anstrengung verdeutlicht sich, daß in der Leere des eigenen Inneren genügend Raum ist für denjenigen, der ein zutiefst durchgeistigtes, durchseeltes Wesen ist. Und zugleich besitzt er eine konkrete Gestalt: Jesus Christus. Sein Menschsein ließ ihn die Wüste existentiell spürbar erleben. Er war mit dem Bereich der Einsamkeit – vierzig Tage und vierzig Nächte – vertraut<sup>2</sup>. Hier betete er. Bei ihm herrschen Gottesliebe und Wahrheit.

Ganz anders am anderen Pol des Bildes: der Geist der Lüge und der Täuschung. Von ihm gehen Versprechungen aus, die nicht einlösbar sind. Schmeichlerisches und verführerisches Gerede sind dafür typisch. Mit einer mephistophilen Gestalt muß man rechnen – aber sie darf nicht Gegenstand des Glaubens und Vertrauens werden. Auf Satanisches zu setzen lohnt sich nicht. Während der Betrachtung gilt es, die Hohlheit und Substanzlosigkeit des „Ungeistes“, seine Hinterlist und Verschlagenheit zu situieren! Den Widerpart zur lichten, von der Wüste geprägten Gestalt Jesu zumindest ein wenig aktiv imaginieren. Mit welcher Art von Raffinesse soll zu Hochmut und Verblendung, zu Eitelkeit und falschem Selbstbewußtsein verführt werden?

Im klaren Licht der Wüste werden die oszillierenden Umrisse des Widerparts Jesu deutlich. Die Einsamkeit ist der Bereich, wo der Unterschied gelernt wird zwischen Luzifer, der selbstgefällig im „Licht“ der eitlen Autonomiesucht seine Machenschaften inszeniert, und der Gestalt Jesu, dem wahren Licht vom wahren Licht.

Sobald man selbst während der Meditation auf den inneren Schauplatz tritt, ist es nicht mehr so wichtig, nur das Hin und Her der Auseinandersetzung zwischen Jesus und dem Versucher mitzuerleben. Es ist dann weiterführender, das Gespräch mit dem Messias selbst zu wagen. So lösen sich eigene Aversionen, Verhärtungen und Verstockungen. Befreiung von Selbstäuschung findet statt. Im Blick auf Jesus wird die Wüste zum Ort der Offenbarung.

---

<sup>2</sup> Die Zahl 40 besagt eine Notzeit, z. B. Gen 7,12.17; Ex 34,28; Dtn 9,18; Ri 13,1; 1 Kön 19,8; Ps 95,10. Zugleich ist diese Zahl symbolisch zu verstehen für: die „ganze Zeit“.

Man kann sich fragen, wie es um die eigene Beziehung zu dem fastenden Jesus steht. Wird er im persönlichen Seelenleben zugelassen? Wird meine Stimmung langsam – oder plötzlich – anders: bei der Präsenzerfahrung lichter, engelgleicher Gestalten? Warum sollte ich mich nicht umstimmen lassen, mich wie „von guten Mächten wunderbar geborgen“ zu fühlen? Möglichst in der Nähe Jesu bleiben, innerlich schauen, wie gute Engel ihm dienen. In dieser spirituellen Atmosphäre kommt es wie von selbst zu einer lebendigen Beziehung zu ihm – ist der Tischdienst der Engel doch Symbol der wiederhergestellten Gemeinschaft zwischen Gott und Mensch.

### Zeit der Reflexio – Aus der Wüste in den Alltag

Wie ist es mir ergangen? Ich mache mir den psychisch-spirituellen Gehalt der Betrachtung, meinen Trost und meine Trostlosigkeit noch einmal bewußt; ich stelle mir die Frage nach meinem Mißtrost. Was löste Entsetzen aus? Denn zuweilen entsteht eine Seelenlage, in der sich der Meditierende wie von einem Angstteufel besessen (besetzt) fühlt. Man möchte am liebsten aus der Haut fahren und fühlt sich zugleich wie gelähmt. Drängten sich optische und akustische Halluzinationen auf, oder war das innere Sehen und Hören eine Art und Weise, das wirkliche Leben Jesu, seine Sendung tiefer zu verstehen?

Ist mir während der Betrachtung klar geworden: Im Grunde ist es nichts mit dem Teufel, seinen vielen Figuren und Fratzen? „Die Versuchung des Bösen will, daß wir die Erde und uns entstellen; daß uns die Arbeit versklavt und die Freizeit verwöhnt; daß wir für unser Äußereres endlose Opfer bringen und innen verkümmern, das Heim ausschmücken und heimatlos sind...“<sup>3</sup>

Die „Wüste“ ist die Dimension, in der Gefahren und auch Versuchungen besonders deutlich werden<sup>4</sup>. Sie ist der Ort, wo die „Dämonen“ leben<sup>5</sup>, der Bereich, wo man die vielen Stimmen zu unterscheiden lernt. Eine der vielen inneren Stimmen ist die Stimme des eigenen Gewissens. So kann ich mich gegen Ende dieser Übung fragen: Wie steht es mit der Achtung, die ich vor den Gewissensentscheidungen anderer habe? Wo ist es nötig, dem eigenen Gewissen mehr zu gehorchen und aufs neue zu beginnen, den Lebensstil zu ändern, zu fasten und zu beten?

*Paul Imhof, München*

<sup>3</sup> Papst Johannes Paul II., *Zeugnis für das kommende Reich*, in: *Ordenskorrespondenz* 22 (1981) 6.

<sup>4</sup> Carlo Maria Martini, *Wie lerne ich beten?* München 1983, 60: „Versuchung meint die Tendenz, vor der eigenen Verantwortung fliehen zu wollen, die Angst vor der eigenen Entscheidung, die Angst vor einer Situation, die eine persönliche Entscheidung verlangt; Versuchung meint die Angst vor den Problemen des Lebens, der Gemeinschaft, unserer Gesellschaft. Es ist die Neigung, der Wirklichkeit zu entfliehen, die Augen zu verschließen, sich zu verbergen, so zu tun, als ob man nichts sähe und nichts fühle, um nicht mit hineingezogen zu werden. Es ist die Neigung zur Trägheit, die Angst, etwas zu unternehmen; die Versuchung möchte uns daran hindern, eine Antwort zu geben auf die Aufgabe, zu der uns Gott, die Kirche und die Welt rufen.“

<sup>5</sup> Es gibt „gute und böse Dämonen“. Sokrates wurde verurteilt, weil er auf sein Gewissen, die göttliche Stimme in seinem Inneren (griech. „daimonion“) hörte, mehr als auf die Normi (Gesetze). Auch Jesus wurde vorgeworfen: Er hat einen bösen Dämon (Mk 3,21).