

# „Das Amt zu trösten“

Über eine Weise intensiver Seelsorge in der ignatianischen Tradition (EB 224)<sup>1</sup>

An den Anfang der „Vierten Woche“ der Exerzitien, die Woche der Betrachtungen der Auferstehung, stellt Ignatius von Loyola die Meditation, wie „Christus unser Herr unserer Herrin erschien“ (EB 218)<sup>2</sup>. Für Ignatius war es selbstverständlich, dass der Auferstandene auch seiner Mutter Maria erschienen ist, obwohl dies in den Evangelien nicht eigens geschildert wird. Der Exerzitant soll sich die innige Begegnung zwischen Mutter und Sohn so lebhaft wie möglich vorstellen. Indem er sich in den „Raum“ dieses intimen Geschehens mit allen seinen Sinnen hineinversetzt, erlebt er auch das freudige Erstaunen und den tiefen Trost dieser Stunde. Denn der Auferstandene, der seiner Mutter – und mittels der *contemplación* auch dem Exerzitanten – gegenübertritt, ist mit dem „Amt zu trösten“ ausgestattet, wie der „Fünfte Punkt“ der Gebetsübung formuliert (vgl. EB 224). Ignatius stellt das Trösten in diesem außerordentlich intensiven und intimen Bild als wesentlichen Dienst des auferstandenen Herrn dar. Dies macht deutlich, wie sehr es „Trost und Getröstet werden“ sind, die die „wirklichen und heiligsten Wirkungen“ der Auferstehung vermitteln – in erster Linie das Hören des Nachfolgerufes Jesu (EB 91ff) und der liebevolle Dienst an den Menschen (EB 230ff). Die folgenden Überlegungen wollen dies näher erläutern und auf Art und Weise des Begleitens ausdeuten.

Ein erster Blick gilt dabei dem, was Ignatius von Loyola in seinen Exerzitien unter „Trost“ versteht. Im Rahmen dieses Aufsatzes ist nicht an eine erschöpfende Aufzählung oder gar Auswertung des umfangreichen ignatianischen Schrift-Corpus zum Thema „Tröstung“ zu denken.<sup>3</sup> Der zweite Abschnitt beschäftigt sich mit der Frage, wie die ignatianische Auffassung vom „Amt zu trösten“ sich

in einer intensiven Form der Begleitung konkretisiert, die an der Schnittstelle von psychologischen und geistlichen Prozessen eine Trosterfahrung im ignatianischen Sinn fördern will. Abschließend werden die einzelnen Schritte einer solchen psychodynamischen Begleitung auf dem Weg menschlichen und geistlichen Wachstums vorgestellt.

## 1. „Trösten und Getröstet werden“ nach den Exerzitien des Ignatius von Loyola

Der Gründer der *Societas Jesu* sah sich auf seinem Lebensweg, auf dem aus dem Ritter Iñigo von Loyola der Pilger Ignatius wurde, durch die Gnade Gottes geführt.<sup>4</sup> Ignatius erlebte und deutete seinen Lebensweg und seine geistliche Entwicklungsgeschichte als Geschenk Gottes, das er an andere weiterzugeben hatte. Sein eigener Glaube, dass die Gnade Gottes ihn leitete und in seinem Leben wirkmächtig war, bildete für Ignatius die Grundlage für die Leitlinien der Exerzitien. Jesus Christus ist für Ignatius die endgültige Offenbarung des seiner Schöpfung liebend, erhaltend und tröstend zugeneigten Gottes (vgl. EB 234f). Der Geist Gottes führt jeden Exerzitanten auf individuelle Weise zur Begegnung mit Christus und erschließt ihr eine echte und wirkmächtige Heilserfahrung durch die Meditation von Leben, Tod und Auferstehung Christi.

Wer sich Gott überlässt, der kann die angebotene Berufung zur Mitarbeit an der Heilssendung Jesu in aller Freiheit annehmen und *darin* sich selber finden und wahrhaft frei werden. (vgl. das „Prinzip und Fundament“, EB 23). Ignatius hat die vierwöchigen *Geistlichen Übungen* daher so angelegt, dass ein Exerzitant zu


einer möglichst ungeteilten, immer „ganzen“ Umformung in die Lebensgestalt Jesu und zu einer einsatzbereiten Teilnahme an der Berufung Jesu geführt wird. Denn er verstand die Exerzitien als ein Mittel, Antworten auf die zentralen Fragen der christlichen Lebensgestaltung zu finden: „Wie kann ich den Willen Gottes für mein Leben entdecken? Wie kann ich trotz meiner Grenzen und meines Egoismus Jesu Freundschaft erwidern? Welchen Weg will Gott mit mir gehen? Was ist meine Sendung im Gesamt des Reiches Gottes?“<sup>5</sup>

Ignatius ist davon überzeugt, dass man in den Exerzitien Antworten auf diese Fragen finden kann. Dazu muss man auf die inneren Bewegungen – *mociones*<sup>6</sup> – achten, die sich im Gebet und in der Meditation von Gottes Heilsplan und der Person Jesu melden. Diese Regungen von Gefühl und Gedanken nennt die geistliche Tradition die „Geister“, die sich in jedem Menschen ständig und ungefragt melden und ihn in seinen Entscheidungen beeinflussen. Ignatius weiß, dass diese „Geister“ in völlig gegensätzliche Richtungen zielen, und deshalb ist es wichtig, diese Bewegungen unterscheiden zu lernen. Denn *entweder* führen die *mociones* in eine tiefere Freundschaft mit Gott und eine tiefere Bereitschaft zur Nachfolge Jesu *oder* sie fördern eine mehr oder weniger offensichtliche Selbstgenügsamkeit und die Verweigerung eines wirklichen Dialogs mit Gott.

Woran aber ist zu erkennen, welchen Bewegungen zu folgen ist, weil sie näher zu Gott führen? Welchen *mociones* soll hingegen widerstanden werden, weil sie nicht um Gott, sondern um eigene Vorlieben kreisen? Ignatius benennt in den 22 „Regeln zur Unterscheidung der Geister“ der Exerzitien (EB 313-336) die Kriterien, um die geistlichen Tröstungen und Trostlosigkeiten erkennen und sich entsprechend verhalten zu können. Die theologisch gehaltvollsten und zugleich praktisch wichtigsten Regeln definieren „geistliche Tröstung“ – *consolación espiritual* (EB 316) – und „geistliche Trostlosigkeit“ – *desolación espiritual* (EB 317). Unter „Trost“ wird

oft jedes Glücksgefühl, Zufriedenheit oder Befriedigung verstanden werden.<sup>7</sup> Ignatius stellt jedoch der Ebene von frohmachenden Gefühlen diejenige des Willens und der Vernünftigkeit der Gotteserfahrung zur Seite.<sup>8</sup> Ignatius hebt deshalb eigens hervor, dass „Trost“ im *geistlichen* Sinn die Bewegung auf Gott hin meint, und dass *geistlicher* „Misstroht“ von Gott wegführt: Nur *der* Trost kann *geistlich* genannt werden, der die Liebe zu Gott in allen Dingen entbrennen lässt, der die innige Verbundenheit mit dem Leiden Christi fördert, oder der – theologisch umfassend gesagt – die „Zunahme an Hoffnung, Glaube und Liebe“<sup>9</sup> und alle innere Freudigkeit [bewirkt], die zu den himmlischen Dingen ruft und hinzieht und zum eigenen Heil der Seele, indem sie ihr Ruhe und Frieden in ihrem Schöpfer und Herrn gibt“ (EB 316).<sup>10</sup> Die Exerzitien als ganze und jede einzelne Übung sind daraufhin entworfen, diesen Trost als einmaliges und unwiederholbares Geschenk hervorzubringen. Wer die inneren *mociones* gemäß den „Regeln“ des Ignatius zu unterscheiden sucht, spürt<sup>11</sup> allmählich immer eindeutiger, ob sie *geistlichen* Trost mit sich bringen, d. h. ob sie den Exerzitanten auf Lob und Preis Gottes und zum aktiven Dienst am Reich Gottes in der Nachfolge Jesu hinordnen. Geistlicher Trost bewirkt, dass der Mensch durch die Leichtigkeit und Kraft eines glaubenden, hoffenden und (vor allem) liebenden Handelns Gottes Wirken spüren, erkennen und verstehen kann und daraus Orientierung und Formung erfährt. In vielen Fällen wird Trost ein spürbares „Entbrennen in Liebe“ zu Gott mit einschließen. Doch Ignatius kennt auch Momente, in denen ein anfangs unangenehmes oder bitteres Gefühl (wie „intensiver Schmerz über die Sünden“, vgl. EB 55) zum Ausgangspunkt für einen größeren Dienst und Lobpreis Gottes wird.<sup>12</sup>

Ein Beispiel soll das Gemeinte verdeutlichen: Was empfand Jesus im Garten von Getsemani, kurz bevor er verraten wurde? Gewiss keine Freude oder Heiterkeit. Er war ergriffen von „Furcht und Angst“ (Mk 14,33). Wenn er



trotz Gefühlen von Verlassenheit und Verzweiflung betete: „Abba, Vater, alles ist dir möglich. Nimm diesen Kelch von mir! Aber nicht, was ich will, sondern was du willst (soll geschehen)“ (Mk 14,36), dann kann er nicht in geistlichem Misstroß gewesen sein, so wie er von Ignatius beschrieben wird. Denn „geistliche Trostlosigkeit“ ist „Unglaube, ohne Hoffnung, ohne Liebe“ (vgl. EB 317), das Gegenteil der Haltung Jesu. Ähnliches gilt für das Erleben der „Dunklen Nacht“, wie sie von den großen Mystikern beschrieben wird. Diese Beispiele mögen als Hinweis darauf genügen, dass die geistliche „Tröstung“ oder „Misstroß“ immer im *Gesamt* einer (Lebens)-Entscheidung zu sehen sind. Nicht die absolute Qualität von Gefühlen, Stimmungen, Gedanken etc. erlaubt es, von geistlichem Trost zu sprechen, sondern ihre *Richtung*<sup>13</sup>: Sie haben *relativen* und *relationalen* Wert. Anders formuliert ist es das herausragende Merkmal geistlichen Trostes, dass er – in heiterer, aber auch in scheinbar gegenläufiger Gemütslage – in die Nachfolge Jesu auf das Lob des dreifaltigen Gottes und den Dienst den Menschen ausrichtet und einweist.

Ignatius hat immer wieder nachgefragt: „Ist die ‚Tröstung‘, die ich erlebe, nun *geistlich* oder ‚nur‘ natürlich, führt sie mich hin zu Gott oder bringt sie mich eher auf die Spur meiner egoistischen Motive, Vorlieben und Bequemlichkeiten?“ Für ihn war diese keine dualistische Haltung, da er glaubte und erfahren hatte, dass die „größere Ehre Gottes“ immer zum Besseren des Menschen führte, auch wenn eine bestimmte Entscheidung zunächst herausfordernd oder bleibend schwierig erschien.

Eine geistliche Trosterfahrung kann für Ignatius folgende Elementen beinhalten: freudige und friedvolle Empfindungen (*Gefühle und Stimmungen*), Gottesliebe (*Grund und Ziel*) und „Zunahme an Hoffnung, Glaube und Liebe“ (*Grundkräfte und Lebensvollzüge*). Wesentlich an einer *geistlichen* Tröstung ist dabei, dass sie zu einer „Zunahme“ an Glaube, Hoffnung und Liebe führt, wohingegen sie

*nicht immer* von angenehmen Gefühlen begleitet wird.<sup>14</sup> Das „Amt zu trösten“ des Auferstandenen besteht wesentlich darin, dass dem Exerzitanten – nach dem Beispiel der Mutter Jesu – in der Begegnung mit Christus die Gnade geschenkt wird, immer tiefer in eine lebendige, tragfähige und tatkräftige Freundschaft mit dem Gekreuzigten und Auferstandenen hineinzuwachsen. Welche Chancen und Herausforderungen hat ein so verstandenes „Amt zu trösten“ für die Pastoral von heute? Im Folgenden soll eine Antwort im Sinn einer analogen Ausdeutung des „Amtes zu trösten“ für die intensive individual-seelsorgliche Begleitung versucht werden.

## 2. Das „Amt zu trösten“ im Kontext einer umfassenden christlichen Anthropologie

Ein wichtiger Aspekt der ignatianischen Konzeption vom Trost kommt insbesondere in der persönlichen Begleitung von Menschen durch Seelsorgerinnen und Seelsorger zum Tragen. In der ignatianischen Sicht des geistlichen Trostes lassen sich nämlich zwei Perspektiven der Wirklichkeit spannungsvoll miteinander verknüpfen: die christliche Botschaft vom gekreuzigten und auferstandenen Herrn – der allein wahren Trost schenken kann – *und* die Ergebnisse der Humanwissenschaft<sup>15</sup> – hier die Tiefenpsychologie mit ihrer Einsicht, dass der Mensch in seinem Empfinden, Entscheiden und Handeln *auch* vom Unbewussten beeinflusst wird.


Der nicht-pathologische Einfluss des Unbewussten auf die menschliche Motivation und das menschliche Verhalten kann heute als Allgemeinwissen vorausgesetzt werden. Allerdings werden daraus nur vereinzelt Konsequenzen für die Ausbildung von Seelsorgerinnen und Seelsorgern gezogen. Wer mit tiefenpsychologischen Methoden arbeiten will, braucht dazu eine professionelle Qualifikation. Natürlich können nicht alle in der Seelsorge

Tätigen die erforderliche Kompetenz erwerben, um kunstgerecht die Entdeckungsreise ins Unbewusste zu begleiten. Zumindest für die geistlichen und pastoralen Ausbilder von Seelsorgerinnen und Seelsorgern wäre aber eine ausgewiesene Befähigung auf diesem Feld zu wünschen, auch weil im kirchlichen Bereich der „Psycho-Markt“ boomt und weil durch fragwürdige Verfahren oft das Gegenteil dessen bewirkt wird, was eine „Zunahme an Hoffnung, Glaube und Liebe“ meint.

Wenn Seelsorge die Wirklichkeit menschlichen Lebens in seiner Breite und Tiefe verstehen will, muss sie sich der Tatsache stellen, dass menschliche Motivation vielfach und unterschiedlich stark von unbewussten Dynamiken beeinflusst wird. Das gilt für jeden Menschen und hat *per se* nichts mit Psychopathologie zu tun. Besonders das affektive Unbewusste übt in zweifacher Hinsicht entscheidenden Einfluss auf menschliches Verhalten aus. Zum einen melden sich bei entsprechenden Schlüsselsituationen oder im Kontakt mit bestimmten Personentypen *unangenehme* Gefühle – Ärger, Scham, Angst, Wut – aus der eigenen Vergangenheit, die verdrängt wurden, die aber nicht in ihrer Verbindung zu den Prozessen gesehen werden, die sie verursacht haben. Zum anderen wird bei *angenehmen* Gefühlen – Freude, Sympathie, Glücksgefühle – ohne weiteres vorausgesetzt, dass sie eine erstrebenswerte Begegnung, Situation oder Entwicklung anzeigen, ohne nochmals ihren Grund oder ihr Ziel zu hinterfragen. Auf unser Thema angewandt: Nicht jede momentane Gefühlsreaktion von Anziehung oder Abneigung kann als geistlicher „Trost“ oder „Trostlosigkeit“ im ignatianischen Sinn ausgelegt werden. Eine kluge Unterscheidung, die auf einer gesunden Selbstdistanz und einer soliden Wertorientierung basiert, ist die Voraussetzung dafür, dass man nicht zum hilflosen Spielball eigener Gefühlsschwankungen wie plötzlichen Verliebtheiten oder bitteren Enttäuschungen wird.

Die Betonung der Notwendigkeit eines gesunden Urteils über Wirkung und Richtung

von Affekten soll nicht dem Rückfall in eine voluntaristische und intellektualistische Askese das Wort reden, in der jede Art von Gefühlen pauschal als „schlecht“ oder „minderwertig“ verdächtigt wurde. Allerdings besteht die größere Herausforderung derzeit wohl nicht in der Anerkennung und Wertschätzung von Emotionen und Bedürfnissen. Schwieriger scheint heute die Entfaltung einer angemessenen Balance zwischen dem, „was mir etwas wert ist, was wichtig ist in sich“, und dem, „was mich froh stimmt, was wichtig ist *für mich*“.<sup>16</sup> Das Gleichgewicht zwischen umfassenden Zielsetzungen einerseits und den unvermeidlichen Grenzen menschlichen Lebens andererseits – psychologisch gesprochen: die bleibende Spannung zwischen Ideal-Ich und Real-Ich – ist im Alltag je neu zu suchen. Eine wichtige Hilfe hierzu bietet eine psychodynamisch fundierte Form der Begleitung in der Seelsorge. Diese Art der Begleitung steht „zwischen“ der Psychotherapie – von der sie das methodische Vorgehen übernimmt – und der geistlichen Begleitung – mit der sie den anthropologisch-theologischen Horizont teilt. Im Unterschied zur Psychotherapie wird in dieser Art von Begleitung das christliche Menschenbild ausdrücklich vorausgesetzt und thematisiert: Der Menschen ist geschaffen, um sich in Gott zu finden und darin frei zu werden für den Dienst an den Menschen. In Ergänzung zur geistlichen Begleitung richtet sich der Blick auch auf den Einfluss des Unbewussten auf Gefühlsäußerungen und Entscheidungsprozesse im Alltag, ein Einfluss, der normalerweise durch eine geistliche Begleitung oder in Exerzitien nicht verändert werden kann. Hier seien einige typisierende Beispiele genannt, an denen sich die Wirkung des nicht-pathologischen Unbewussten ablesen lässt – die ersten beiden als Illustration einer Dynamik der Frustration, die letzten beiden als Beispiele für die „Versuchung unter dem Schein des Guten“: Der „ewige Nörgler“, der an allem und jedem etwas auszusetzen hat und nie zufrieden ist, weder mit sich, noch mit den anderen; die „charismatisch Begei-



sterte“, die am liebsten immer in geistlicher Jubelstimmung wäre, aber regelmäßig in Depressionen versinkt und keine Beständigkeit in Aufgaben oder Verpflichtungen aufweist; der „workaholic“, der ständig am oder über dem Limit seiner Kräfte und seiner Gesundheit lebt; die „Übermutter“, die im Dienst für die anderen aufgeht, sich aber immer öfter ausgenutzt und einsam vorkommt.

Eine psychodynamische Begleitung, die sich solcher Phänomene annimmt, erweitert das Verständnis und die potentielle Wirkkraft des ignatianischen „Amtes zu trösten“ ganz erheblich. So wie die Psychotherapie nicht einfach nur ein Bündel verschiedener Techniken ist, sondern dazu helfen soll, die Ideale zu realisieren, für die man leben will, so kann eine psychodynamische Begleitung zum geistlich-pädagogischen Instrument *par excellence* werden, in dem sie der menschlichen Person die verschiedenen Dimensionen ihres Daseins und ihrer Berufung als Ebenbild Gottes neu und nüchtern entdecken hilft. Der ganze Mensch – mit Leib, Seele und Geist, mit seiner Vergangenheit, Gegenwart und Zukunft, mit seinen Verletzungen und seinen Ressourcen – erlebt sich mit Hilfe einer kompetenten Begleitung als vom Tod befreiten Sünder und entdeckt darin beständigen geistlichen Trost: „Tatsächlich klärt sich nur im Geheimnis des fleischgewordenen Wortes das Geheimnis des Menschen wahrhaft auf“ (GS 22).

Der christliche Glaube geht davon aus, dass menschliches Leben einen Wert in sich hat, dass es aber auch über sich hinaus verweist: Es zielt auf Gemeinschaft mit Gott im Hier und Jetzt und auf ein ewiges Leben in Gott. Ebenso unbestreitbar sind jedoch die heftigen Widerstände, die Menschen entwickeln, wenn es darum geht, wirklich ein „Mensch für andere“ (Pedro Arrupe SJ) zu werden. Eine Seelsorge, die dieser *condition humaine* Rechnung trägt, zielt deshalb darauf das vorhandene Verlangen nach Gott und einem Leben in der Ordnung Gottes zu reinigen und so immer mehr „zu sich“ zu befreien. Damit

die Person sich selbst findet, indem sie über sich hinaus wächst, ist die Auseinandersetzung mit den Werten des Evangeliums unbedingbar. In einer psychodynamischen Begleitung geschieht dies nicht wie in der geistlichen Begleitung durch spirituelle, theologische oder moralische Anleitung, Mahnung oder Erläuterung. Wenn letztlich menschliches und geistliches Reifen zwar unterschieden, aber nicht voneinander getrennt werden können, dann wird eine tiefenpsychologisch fundierte Art von Begleitung versuchen, die „Fähigkeit sich zu verändern“ zu erweitern und zu vertiefen. Die Kraft und das Beharrungsvermögen jener psychischen Abwehrmechanismen, die letztlich das eigene Ich abschirmen und zu einem „Herz aus Stein“ führen, sind beträchtlich. Daher genügt es nicht, die *Inhalte* von Gedanken oder Gefühlen zu modifizieren. Breitere oder tiefere Erkenntnis *allein* – etwa Erkenntnis von Defiziten und Wunden in der persönlichen Vergangenheit, von eigenen Fehler und von deren „Gegenmittel“ – führt noch zu keiner größeren Reife. Ein echtes Wachstum in Sinn christlichen Reifens muss sich an veränderten *Haltungen* und *Handlungen* ablesen lassen, z. B. an der Bereitschaft zu mehr Eigenverantwortung, zu größerer Einsatzbereitschaft und zu einer lebendigen Entscheidung im Dienst für Gott und sein Volk.

### 3. Zur Vorgehensweise dieser intensiven Art der seelsorglichen Begleitung

Das „Amt zu trösten“, das vom Auferstandenen ausgeübt wird, setzt sich in der Kirche durch das Wirken des Heiligen Geistes fort – das ist Ignatius' feste Überzeugung. Jede seelsorgliche Tätigkeit fördert daher den *geistlichen* Trost, wie ihn Ignatius beschreibt, wo sie die Gesamtheit einer Person und deren christliche Berufung in den Blick nimmt. Wie aber konkretisiert sich die ignatianische Auffassung vom „Amt zu trösten“ in einer psycho-

dynamischen Begleitung? In dieser Art der Begleitung lassen sich vier Schritte unterscheiden, die hier in ihrer logischen Abfolge dargestellt werden, wobei dies nicht zwangsläufig ihrer zeitlichen Sequenz entspricht: Die vielschichtigen Prozesse des menschlichen Lebensweges laufen parallel ab, und bestimmte Elemente oder Themen tauchen innerhalb eines spiralförmigen Entwicklung in einem späteren Stadium wieder auf.

Zum *einen* geht es darum, *sich selber besser kennenzulernen*. Wenn man voraussetzt, dass in jedem Menschen ein ihm unbekannter Bereich existiert, so wird eine tiefenpsychologisch fundierte Begleitung dazu führen, dass das Wissen um die Existenz dieses Bereiches wächst und dadurch seine „Ausdehnung“ und sein Einfluss abnimmt, dass also – in Abwandlung von Freuds Diktum „Wo Es war, soll Ich werden“ – „bewusster wird, was unbewusst war“. Nichts anderes meint die Entdeckung der Existenz und der Wirkung des Unbewussten, das sich in unreifem Verhalten, in Wiederholungszwängen oder in einer Motivation beobachten lässt, die vom affektiven Gedächtnis bestimmt wird. Wer in sich niedrige Motive, unangenehme Gefühle und egoistische Bedürfnisse entdeckt, braucht Mut und Gelassenheit, dies sich selber, der Begleiterin oder dem Begleiter und Gott gegenüber einzugestehen und zu lernen, sich selber zu vergeben und sich Verggebung zusagen zu lassen.

Wenn die begleitete Person nicht ihr Selbstbewusstsein verlieren soll, muss deshalb ein *zweiter* Schritt notwendigerweise folgen: das Streben danach, *sich selber mit Schattenseiten, Fehlern und bleibenden Spannungen anzunehmen*. Das „Leitmotiv“ dieser Phase gibt vor, die „ungeordneten Anhänglichkeiten“ – so nennt Ignatius von Loyola Bedürfnisse und Gefühle, die vorwiegend um „mich“ und „mein Wohlbefinden“ kreisen – als Teil „meiner selbst“ zu akzeptieren, ohne sie zu leugnen oder sie abzuwerten *und* ohne sie unkontrolliert auszuagieren. Dieser Lernprozess erfordert Geduld und Ausdauer, da eine stets neue Balance zwischen den blei-

benden Polen des „Ideal-Ich“ und des „Real-Ich“ gefunden werden muss, und weil viele Wünsche, Sehnsüchte oder Sorgen mit prägenden Erfahrungen der Vergangenheit verbunden sind. Alle psychotherapeutischen Methoden wollen zu einer neuen Freiheit *von* lähmenden Einflüssen der Vergangenheit und *für* die Lebensaufgaben der Gegenwart und Zukunft verhelfen, auch wenn sie mit verschiedenen Begriffen davon reden. Aber wenige Schulen der Psychotherapie fragen, wie die Spannung in eine „höhere“ Einheit zu integrieren ist, wie sie zum Wachstum der Person über sich hinaus auf ein letztes Ziel hin fruchtbar gemacht werden kann, wie ein Mensch sich annehmen lernt, *weil* er entdeckt, dass Gott ihn angenommen hat.

Eine psychodynamische Begleitung, die sich ausdrücklich in einem christlichen Kontext positioniert, stellt hingegen auch die Frage nach der Zielperspektive. Was will die begleitete Person mit dem tun, was sich aus der Neuordnung der verschiedenen Elemente der Psychodynamik ergibt? Wohin will sie sich neu oder anders orientieren? Dieser *dritte* Schritt einer psychodynamischen Begleitung im Sinn des „Amtes zu trösten“ bringt die Frage nach den Werten ins Spiel, an denen sich jemand ausrichten will, um *sich selbst zu verändern und zu wachsen*. Für jede christliche Form der Begleitung ist klar, dass Werte niemals aufgezwungen werden können und dürfen. Allerdings kann in der Begleitung der Punkt kommen, an dem der begleiteten Person die christlichen Werte „angeboten“ werden: „Was möchten Sie mit dem machen, was Sie in den letzten Monaten an sich entdeckt haben? Wie wollen Sie Ihre neu gewonnene Freiheit einsetzen? Was bedeutet der Wachstumsprozess seit Beginn der Begleitung im Licht Ihres Glaubens?“ Nach der wirksamen Bearbeitung von augenfälligen Störungen entdeckt die begleitete Person im günstigen Fall in sich die Sehnsucht, das tägliche Leben mit den angestrebten Werten glaubwürdiger zu verbinden. Normalerweise findet der oder die Begleitete in sich kreative Weisen,

das, was er oder sie sein und tun will, in Haltungen und Verhalten umzusetzen. Dies ist allerdings auch notwendig, damit sich dauerhafte Veränderungen einstellen und damit die neue Freiheit eine konkrete Gestalt annehmen kann.

Der vierte Schritt dieses intensiven Begleitungsgeschehens hat die Integration des menschlichen und geistlichen Weges im Blick: *das Wachsen in der christlichen Liebe*, dem *Kriterium geistlichen Trostes*. Im Leben der begleiteten Person stellt sich eine Dynamik der Liebe und der Hingabe ein: Denn der Mensch kann „sich selbst nur durch die aufrichtige Hingabe seiner selbst vollkommen finden ...“ (GS 24). Individualseelsorge erreicht dort ihr Ziel, wo sie durch die Gnade Gottes dazu befähigt, im selben Maß menschlich und geistlich in der Offenheit und Verfügbarkeit dem Heiligen Geist gegenüber zu wachsen. Wer sich betend dafür bereitet, die Liebe Gottes zu empfangen, den wird sie zu einer tätigen und selbstlosen Hingabe befähigen. Dann wird die Begleitung im eigentlichen Sinn des Wortes „Amt zu trösten“. Das setzt allerdings voraus, dass die drei ersten Schritte gegangen wurden, weil sonst wirklichkeitsfremde Ideale vorgegeben werden. Wer am „Ende“ dieses Weges angekommen ist, braucht andererseits die Bereitschaft, erneut und immer wieder „umzukehren“, d.h. den beschriebenen Weg von neuem zu beginnen und sich so noch tiefer in das Geheimnis *des Trösters* der Menschheit hinein nehmen zu lassen.

*Zusammenfassend* lässt sich festhalten: Nach Ignatius' fester Überzeugung führt Gott seinen Plan mit dem Menschen durch den geistlichen Trost geduldig der Vollendung entgegen. Es ist der Gekreuzigte und Auferstandene, der im Heiligen Geist das „Amt zu trösten“ ausübt. Der Trost, den Gott schenkt, verbindet den Menschen „maximal“ und „unmittelbar“ mit Gott und belebt und stärkt ihn in seinem Glauben, Hoffen und Lieben, und *gleichzeitig* und *im selben Maß* ermöglicht er dem oder der Begleiteten einen nüchternen, stabilen und zuversichtlichen Selbst-

stand. Die ignorierten oder unkontrollierten Affekte und die daraus entwickelte psychische Abwehrstruktur erschweren den Prozess, in dem ein Mensch auf Dauer mehr glauben, hoffen und lieben lernt. Eine intensive, persönliche Begleitung, die *alle*, auch die unbewussten Dimensionen menschlichen Daseins mit den jeweils geeigneten Methoden bearbeitet, kann deshalb einen hervorragenden Dienst dazu leisten, dass der göttliche Trost bis in die Tiefen der menschlichen Person hinein wirken kann. Das *iurare animas* als ignatianische Kurzformel für die Seelsorge steht dann für das menschliche Mitwirken an Christi „Amt zu trösten“, das den Mensch dazu befähigt und anleitet, „mit ganzem Herzen und ganzer Seele, mit allen Gedanken und allen Kräften zu lieben“ (vgl. Mk 12,30).

*P. Dr. theol., Lic. psych. Hans Zollner SJ ist Psychologe und Psychotherapeut (BDP-VPP) am Istituto di Psicologia der Pontificia Università Gregoriana in Rom.*

- <sup>1</sup> Der Artikel wird mit freundlicher Genehmigung des Verlages übernommen aus: Peter Scheuchenpflug (Hg.), *Tröstende Seelsorge. Chancen und Herausforderungen für christliches Handeln in der pluralen Welt*, Würzburg 2005 (ca. 250 Seiten; ca. 25 Euro).
- <sup>2</sup> Das Exerzitienbuch wird zitiert nach: Ignatius von Loyola, *Deutsche Werkausgabe* – Bd. 2: Gründungstexte der Gesellschaft Jesu, übersetzt von Peter Knauer, Würzburg 1998, 85-269 (*Geistliche Übungen*, d. h. das *Exerzitienbuch* – nach dem Autographen -, im Folgenden abgekürzt: EB).
- <sup>3</sup> Für eine ausführlichere Auseinandersetzung mit dem Thema des „Trostes“ in den Exerzitien vgl. Hans Zollner, *Trost – Zunahme an Hoffnung, Glaube und Liebe. Zum theologischen Ferment der ignatianischen „Unterscheidung der Geister“*, Innsbruck/Wien 2004 (Innsbrucker theologische Studien, Bd. 68) und die dort angegebene Literatur.
- <sup>4</sup> Vgl. die „Autobiographie“, den „*Bericht des Pilgers*“, in: Ignatius von Loyola, *Deutsche Werkausgabe* – Bd. 2, 1-84.
- <sup>5</sup> Vgl. Harvey D. Egan, *Apophatic*, 415: „Ignatius makes the incredible claim that through the Exercises one can actually seek and find God's will for him.“

This is definitely something unique in the history of spirituality.“

- 6 Was sind die *varias mociones* – die „verschiedenen Regungen“ –, die unterschieden werden sollen? Sie umfassen Gefühle, Stimmungen, Verlangen, Vorlieben, Vorstellungen, Gedanken, Erkenntnisse und Einschätzungen sowie alle Arten von somatischen Impulsen und von außen einwirkenden Faktoren, die den Menschen ständig mehr oder weniger unbewusst, automatisch und unwillkürlich begleiten und bewegen, die jedoch in den Exerzitien methodisch ausgelöst werden sollen. Der Frage nach dem Einfluss des Unbewussten auf die *mociones* im tiefspsychologischen Sinn kann hier nicht ausführlich nachgegangen werden. Vgl. dazu: Franz Meures, *Sich frei machen von allen ungeordneten Anhänglichkeiten*, in: *Korrespondenz zur Spiritualität der Exerzitien* 35 (1985), Heft 50, 2-69.
- 7 Vgl. Bartolomew Kiely, *Consolation, Desolation and the Changing of Symbols: A Reflection on the Rules for Discernment in the Exercises*, in: CIS (Hg.), *The Spiritual Exercises of St. Ignatius of Loyola in Present Day Application*, Rom 1982, 125: „Consolation is an intentional feeling: it has an object and therefore a direction. And the object, as the Exercises make clear, is God or other realities, immediately directed to the praise and service of God‘. It follows that consolation is not to be understood as including *any* kind of agreeable feeling.“ Für unseren Zusammenhang spielt die Unterscheidung von „Trost *mit* Ursache“ und „Trost *ohne* Ursache“ (vgl. EB 330f) keine zentrale Rolle. Zur kontroversen Diskussion des Verständnisses von „Trost ohne vorhergehende Ursache“ vgl. José García de Castro Valdés, *El Dios emergente. Sobre la „consolación sin causa“* (EE 330), Bilbao – Santander 2001 (Colección MANRESA 26).
- 8 Vgl. Barbara Hallensleben, *Theologie der Sendung. Die Ursprünge bei Ignatius von Loyola und Mary Ward*, Frankfurt 1994 (Frankfurter Theologische Studien 46), 311: „Trost ... erschöpft sich nicht in psychischen Zuständen des Bewusstseins, sondern umschließt deren gläubige Deutung.“
- 9 Was Ignatius dazu bewogen hat, die traditionelle Reihung – Glaube, Hoffnung und Liebe – in allen Textversionen der Exerzitien umzustellen, lässt sich nicht mit Gewissheit erschließen.
- 10 Vgl. Maurice Giuliani, *Les motions de l'Esprit*, in: *Christus 1* (1954), Heft 4, 66: „Il faut reconnaître en effet qu'il est facile de confondre les ‚sentiments spirituels‘ [EB 62], qui sont purs dons de l'Esprit, avec les manifestations sensibles dues aux lois d'une psychologie purement humaine.“
- 11 Wie schwer es ist, etwas beschreiben zu wollen, was zwar nicht (im herkömmlichen Sinn) *geföhlt*, aber

doch *wahrgenommen* werden kann, ersieht man an den Worten von Alex Lefrank/ Maurice Giuliani, *Freedom for Service. Dynamics of the Ignatian Exercises as currently understood and practiced*, Anand (Indien) 1989, 190: „To discern is to know how to distinguish between two kinds of feelings – between feelings of ordinary human sensitivity, with causes and effects which do not depend on us but are the result of our psychology and the whole complex of our personal activities, and feelings which come from our faith in God, which blossom thanks to a new sensitivity which itself is a gift of the Spirit. (...) ... everything is psychological, but at the same time, everything is spiritual. In other words, everything which is expressed through positive or negative psychological movements takes on a new meaning and is a challenge to believe in God.“

- 12 Vgl. Lothar Lies, *Unterscheidung der Geister bei Ignatius von Loyola: Christliche Innerlichkeit* 29 (1994), Heft 3/4, 78: Die Regeln zur Unterscheidung der Geister dürfen „nicht als Anweisungen zum Hedonismus verstanden werden ... Erstens ist es gut zwischen Lust und Trost zu unterscheiden. Es gibt auch einen Trost des Leides und einen Trost im Leid. Zweitens fügt Ignatius gewisse Sperren ein, die vermeiden sollen, dass der Mensch Gott zum Diener seines ‚egoistischen‘ Trostes macht.“
- 13 Die „Richtung“ kann durchaus im Gegensatz zum ersten, „äußerlichen“ Eindruck stehen, denn Ignatius „zeigt ... (wie die Psychoanalyse), dass es Erfahrungen gibt, die das Gegenteil von dem bedeuten, als was sie erscheinen“ (Josef Sudbrack, *Unterscheidung der Geister*, in: Christian Schütz [Hg.], *Lexikon der Spiritualität*, Freiburg/Basel/Wien 1988, 1330).
- 14 Vgl. Hervé Coathalem, *Ignatian Insights. A Guide to the Complete Spiritual Exercises*, Taichung/Taiwan 1961, 254: „... Ignatian consolation ... is essentially spiritual and not sensible consolation. (...) The consolation of the Exercises is situated not on the plane of sensation, but on that of the spiritual life. Not a word [in EB 316] about sense experience. A reaction, or overflow of joy, can concomitantly affect the sense; it can also be lacking. In any case, it is accidental.“
- 15 Vgl. GS 62: „In der Seelsorge sollen nicht nur die theologischen Disziplinen, sondern auch die Ergebnisse der profanen Wissenschaften, vor allem der Psychologie und der Soziologie, wirklich beachtet und angewendet werden ...“
- 16 Vgl. hierzu die interdisziplinäre Anthropologie, ihre empirisch belegte Basis und ihre Konsequenzen für die Art der Begleitung: Luigi M. Rulla, *Anthropology of the Christian Vocation – Vol. 1: Interdisciplinary Bases*, Rom 1986.