P. Christian M. Rutishauser SJ

Geistliche Begleitung

1. Erneuerung christlicher Existenz

Die Erneuerung der Kirche ist in der Geschichte immer wieder von spirituellen Aufbrüchen ausgegangen. Einzelne Menschen haben den Ruf Christi gehört, sind oft durch einen langen Lernprozess in der Schule Gottes gegangen und wurden schliesslich zu geistlichen Persönlichkeiten, die Kirche und Gesellschaft prägten. Karl Rahner hat in den 60er Jahren vorausgesehen, dass die Kirche für die Neuausrichtung, die das Zweite Vatikanische Konzil vorsah, solche Menschen braucht, wenn er schreibt: „Der Christ der Zukunft wird ein Mystiker sein, oder er wird nicht mehr sein.“ Damit hat er die Notwendigkeit der persönlichen Verwurzelung in der Gottesbeziehung erkannt. Sie ist in der heutigen kirchlichen und gesellschaftlichen Umbruchssituation mehr denn je das unerlässliche Fundament, um die eigene Berufung zu finden und die Gemeinschaft der Kirche aus dem Geist des Evangeliums mitzuprägen. Ansonsten ist der Mensch den Zentrifugalkräften der gegenwärtigen offenen Gesellschaft schutzlos ausgeliefert und findet höchstens in äusseren religiösen Regelungen Halt.

Wie keine menschliche Beziehung vom Himmel fällt, sondern sich erst entwickelt, so gestaltet sich auch die Beziehung zu Gott in einer gemeinsamen Geschichte, zu der Hoch- und Krisenzeiten gehören. Die Freundschaft mit Christus wächst langsam, und die Formung durch ihn braucht seine Zeit. Freundschaft will gepflegt und stets neu genährt sein. Gefeierte Liturgie, erfahrene Gemeinschaft mit Menschen auf dem Weg des Christseins, selbstloser Dienst an Menschen in Not, geistliche Lektüre sowie Kunst und Wissenschaft sind Nahrung für spirituelles Leben und fördern die Gemeinschaft mit dem dreieinigen Gott. Der Kern für die Verwurzelung in Gott ist jedoch das persönliche Gebet: Meditation und Kontemplation. Die geistliche Begleitung ist die genuinste Hilfe für dieses Gebetsleben und für das Wachstum der geistlichen Persönlichkeit aus der Quelle der Gottesbegegnung.

Freundschaft mit Gott

Die geistliche Begleitung steht also im Dienst des Wachstums der Freundschaft zwischen Gott und Mensch. Sie besteht aus regelmässigen Gesprächen, wo der Begleitete qualifizierte Hilfe und Gefährtenschaft auf seinem Weg der spirituellen Entwicklung erhält. Die Treffen verhelfen, tiefer in die Beziehung mit Gott und Christus einzutreten, wobei die Förderung von Meditation, Kontemplation und die religiöse Erfahrung bzw. persönliche Gottesbeziehung des Begleiteten im Zentrum stehen. Das spirituelle Leben, das vom Gebet her alle Bereiche seines Alltagslebens durchdringt und mitformt, kann dabei bis in mystische Erfahrungen hinein reifen, auch wenn dies nicht immer der Fall sein muss. „Wenige Menschen ahnen, was Gott aus ihnen machen würde, wenn sie sich seiner Führung ganz überliessen“, meint Ignatius von Loyola, ein Meister der spirituellen Begleitung, einmal fast wehmütig. Und Paulus formuliert: „Was kein Auge gesehen und kein Ohr gehört hat, ist das, was Gott denen bereitet, die ihn

lieben.“ (1 Kor 2,9) Alle Methoden in Gebet und Meditation, die auf diesem Weg gelernt werden, und alle Mittel in der Gesprächsführung, die der Begleiter anwendet, dienen allein der Förderung der Freundschaft mit Gott, die in jedem Leben unvorhersehbare Wendungen nehmen kann. Der Begleitete soll seine Beziehung zu Gott und Welt nicht nur besser verstehen, sondern engagiert in sie eintreten und Sprache dafür finden. Er soll der Anwesenheit und Abwesenheit des lebendigen Gottes bewusst werden und von dieser Beziehung her sein Leben wie einen Sauerteig durchdringen lassen. Geistliche Begleitung ist Gefährtenschaft auf diesem abenteuerlichen Weg, sich Gott anzuvertrauen. Sie dient einer geistlichen Persönlichkeitsbildung und möchte dazu verhelfen, ganz persönlich in den Bund mit Gott einzutreten. Jede Biographie soll von Gottes Liebe durchglüht werden und bis zu ihrer einmaligen Berufung in der Nachfolge Christi und seinem Dienst an der Menschheit finden. Gott nicht nur vom Hören-Sagen zu kennen, sondern mit eigenen Augen zu schauen, will die Begleitung ermöglichen, um mit Worten von Hiob zu sprechen. (Hiob 42,5)
In den folgenden Zeilen soll das Profil der soeben skizzierten geistlichen Begleitung vorgestellt werden. Der nächste Abschnitt ist dem Anfang einer Begleitung gewidmet. Danach sollen Erfahrungen des Unterwegsseins im Glauben angesprochen werden, wie sie zu jeder existentiellen und spirituellen Reifung gehören. Schliesslich sei ein Wort zum Beschliessen einer Begleitung angefügt.*

2. Eine Begleitung achtsam beginnen

Dem volkstümlichen Sprichwort „Aller Anfang ist schwer“ steht die Beobachtung von Hermann Hesse entgegen: „Und jedem Anfang wohnt ein Zauber inne.“ Das Sprichwort von der Schwierigkeit trifft für viele Menschen zu, die eine geistliche Begleitung suchen. Wenn sie eine passende Begleiterin oder einen Begleiter jedoch gefunden haben, machen sie in den ersten Monaten oft die Erfahrung des Zaubers. Endlich wird der Raum eröffnet, wo die tiefste Sehnsucht des Menschen sich entfalten kann! Die Begleitung beginnt also dort, wo jemand mit dem Wunsch vor Gott zu wachsen und die Beziehung mit ihm zu vertiefen eine erfahrene Begleitperson gefunden hat, der er sich anvertrauen kann. So unterscheidet sich der Beginn einer geistlichen Begleitung von der Suche nach einem einmaligen geistlichen Rat in einer bestimmten Frage. Sie unterscheidet sich auch von der religiösen Hilfe, die jemand in einer Krankheit oder Krise sucht. Dazu braucht es oft nicht mehr und nicht weniger als ein oder mehrere Seelsorgegespräche. Die Sehnsucht, ganz persönlich Abbild Gottes zu werden, wie es das Anliegen des spirituellen Weges ist, unterscheidet sich auch von theologischen Fragen, die jemand beantwortet zu haben braucht. Dazu kann ein Glaubensbuch gelesen oder eine geschulte Person um Auskunft und Antwort gefragt werden. Wenn auch all diese Bereiche in eine geistliche Begleitung hineinspielen, so ist im Zentrum doch allein die Sehnsucht, sich als Person in der Nachfolge Jesu formen und bilden zu lassen. Wie bewusst oder unbewusst dieses innere Suchen nach Gott zu Beginn auch ist, wie und ob es verbalisiert werden kann, ist nicht entscheidend. Vielmehr hat es sich im Verlauf der Begleitung immer klarer zu zeigen. Die Motivationsreinigung auf dem Weg wird auf dieses grundlegende menschliche Begehren hinsteuern, denn die Freude Gottes ist der lebendige Mensch und die tiefste Freude des Menschen das Leben mit Gott, um Irenäus von Lyon zu paraphrasieren.

Das Arbeitsbündnis

Mit dieser inneren Sehnsucht, dem tiefsten Bedürfnis des Menschen, schliesst nun der geistliche Begleiter ein Arbeitsbündnis und vertraut die begleitete Person dem einzigen Lehrer und Erzieher an, den es für Christen gibt: Jesus Christus. (vgl. Mt 23,10) Der Begleiter ist weder Meister, noch Lehrer oder Führer auf dem spirituellen Weg. Genau darin unterscheidet sich christliche Begleitung von Schüler-Lehrer-Beziehungen in vielen anderen spirituellen Traditionen. Er steht vielmehr mit seinem Wissen, seiner Schulung und seiner ganzen Person an der Seite des Begleiteten. Er ist sein Gefährte. Der Begleiter muss Christus den Raum lassen, damit er die Person so führt, wie es dem göttlichen Willen entspricht. Diesen Freiraum versucht die Begleitung immer wieder herzustellen und zu gewährleisten. So darf der Begleiter nicht die direkte Absicht haben, gute kirchliche Mitarbeiter heranzuziehen, auf das Priestertum vorzubereiten oder Menschen zu einem bestimmten Ziel zu führen, auch wenn dies auf der äusseren und sekundären Ebene oft der Fall ist. Es geht zunächst allein um Offenheit gegenüber der Führung Gottes, die grösser ist, als was Menschen beabsichtigen.

Diese Sicht der Begleitung garantiert auch die Eigenverantwortung, die die begleitete Person in jeder Situation behalten muss. Sie lässt sich ebenso auf das Bündnis mit ihrer tiefsten Bestimmung ein, ganz auf Gott hin zu wachsen und Christus als eigentlichen Lehrer anzunehmen. Gerade in Zeiten, wo Unlust am spirituellen Üben auftaucht, wo sich Widerstände breit machen oder die Begleitung für eigene Zwecke, wie therapeutische Heilung, vertrauliches Gespräch oder Erwerb von Erkenntnis in mystischer Theologie einnisten, ist es wichtig, sich ans ursprüngliche Arbeitsbündnis zu erinnern. Der Begleitete richtet sich selber immer wieder daran aus, während der Begleiter versucht, das Gleichgewicht zwischen Gott und der Person in der Begleitung zu wahren.

Ignatius von Loyola beschreibt in seinem Exerzitienbuch zuerst die Sehnsucht des Menschen, dem sich alle Beteiligten am Prozess verpflichtet wissen, ganz objektiv. Im so genannten „Prinzip und Fundament“ heisst es: „Der Mensch ist geschaffen, um Gott, unseren Herrn, zu loben, ihm Erfurcht zu erweisen und zu dienen.“ Diese Wahrheit im eigenen Leben existentiell und persönlich zu erfahren, ist allen Menschen möglich, sobald sie sich auf die Führung der Begleitung einlassen und dem Wort der Bergpredigt folgen: „Euch aber muss es zuerst um Gottes Reich und seine Gerechtigkeit gehen; alles andere wird euch dazu gegeben.“ (Mt 6,33)

Der Arbeitsvertrag

Das spirituelle Bündnis mit dem inneren Streben und der gereinigten Absicht, mit Gott unterwegs zu sein, erhält in der Begleitung einen handfesten Arbeitsvertrag. Bei einem ersten Abklärungsgespräch mit einer Begleitperson müssen die Vertragsbedingungen geregelt werden. Dazu gehören praktische Dinge: Die Häufigkeit der Begleitungen gilt es festzulegen. Sie erfolgt oft in einem Monatsrhythmus oder auch kürzeren oder längeren Intervallen. Dann braucht es einen Konsens bezüglich der Länge der Begleitgespräche, meistens etwa eine Stunde. Zudem muss über ihre Struktur Klarheit geschaffen werden, z. B. der Beginn mit einem gemeinsamen Gebet um den Heiligen Geist oder die Empfehlung, das Gespräch eine halbe Stunde individuell nachklingen zu lassen. Neben Ort und Zeit gilt es zu besprechen, wie zwischen den einzelnen Treffen geübt wird. Es kann anhand eines Buches, durch individuelle

Aufgabenstellungen, eine besondere Meditationsart, geistliche Lektüre etc. vorangeschritten werden. Schliesslich ist die Frage nach einer finanziellen Entschädigung für den Dienst der Begleitung zu klären, da sie oft von Frauen und Männer ausgeübt wird, die für diese Arbeit in der Kirche nicht bezahlt werden.

Den Beginn einer Begleitung professionell zu gestalten und sie nach einer gewissen Zeit gemeinsam auszuwerten, gehört zum sorgfältigen Umgang, wie es ein sensibler Prozess braucht, wo ein Mensch sein Innenleben öffnet und sich einem andern anvertraut. Entscheidend ist, dass eine Atmosphäre des Wohlwollens und der Vertrautheit entsteht, damit in den Gesprächen möglichst angstfrei gesprochen werden kann. Je klarer dieser Rahmenvertrag gesetzt ist und je mehr er mit persönlicher Wärme von Seiten des Begleiters gefüllt ist – weder kumpelhaft noch belehrend, sondern freundschaftlich begleitend – , um so mehr kann sich der Begleitete öffnen. Auch wenn es nicht darum geht, stets die ganze innere Erfahrung in der Begleitung zur Sprache zu bringen, ins Licht der Gegenwart Gottes sollte sie allmählich ganz gestellt werden können. Dass daher die geistliche Begleitung in den Bereich des *forum internum* fällt, in den Bereich des Schweigegebots wie die Beichte, ist selbstverständlich. Von Anbeginn an soll also ein Raum der Transparenz und des Vertrauens geschaffen werden, wie es dem geschwisterlichen Umgang in der Kirche Christi entspricht.

Gebet, Meditation und ihre ersten Früchte

Der Anfang einer Begleitung steht im Dienst, die grundlegenden Fähigkeiten des spirituellen Lebens einzuüben. Dazu gehören zuerst das Gebet, die Meditation und Kontemplation. Das aufmerksame Beten eines vorgegebenen Gebets wie z. B. das *Magnificat*, das Beten mit einzelnen Psalmversen oder einem einzigen Wort aus der Heiligen Schrift, das im Aus- und Einatmen wiederholt wird, die meditative Betrachtung einer kurzen biblischen Erzählung, das gegenstandslose Sich-Ausrichten auf Gottes Gegenwart oder das Einübung der Haltung der Anbetung, all diese Formen gilt es aus eigener Erfahrung kennen zu lernen, von innen zu füllen und dabei die ureigene Meditationsform zu finden. Eine gute Begleitung gibt nicht einfach einen Stil vor, sondern sucht zusammen mit der anvertrauten Person die ihr angemessene Gebetsform. Oft kann dabei auf frühere Erfahrungen zurückgegriffen und können diese weiterentwickelt werden. Drei Haltungen werden in diesem Üben wachsen:

1.) Ein einfaches und aufmerksames Herz, das lernt, mit allen fünf Sinnen die Wirklichkeit und Wahrheit so angst- und urteilsfrei wie möglich wahrzunehmen. Durch die Aufmerksamkeit auf die kleinen Bewegungen im Alltag und im eigenen Innenleben kann Gott neu entdeckt werden. Ein Dankbar-Werden durch liebevolles Annehmen dessen, was die Lebensgeschichte gebracht hat, ist ein zentrales Anliegen geistlichen Lebens. Es wird durch Meditation der eigenen Geschichte mit all ihren Licht- und Schattenseiten erreicht. Aus der Perspektive der Heiligen Schrift und der Liturgie entfaltet sich eine neue Sensibilität für das, was Leben bedeutet und sein kann.

2.) Ein waches und hörendes Schweigen gilt es einzuüben. Es ist kein Verstummen, sondern jener Raum der Stille, der der Wahrheit des Lebens und dem Wort des Evangeliums Gehör verschafft. Es ist das Alleinsein mit Gott jenseits von Einsamkeit, das das sanfte Säuseln seiner Stimme vernehmen lässt. Der Gott von Sturm, Gewitter und Erdbeben, der Gott der grossen Theophanie des Sinai, ist Elija einst zerbrochen. Zu einem neuen Gottesbild und einer

tieferen Gottesbeziehung ist er herangereift und lernte Gottes Schweigen wahrzunehmen. (vgl. 1 Kön 19) In diese Reife möchte geistliche Begleitung führen. Nur im Schweigen wird Gottes Wort wahrgenommen, wie auch nur im Heiligen Geist Christus erfasst wird. Über Schweigen und Wort geschieht die Initiation in eine lebendige Beziehung mit dem dreieinen Gott.
3.) Wie das sportliche Training zu einem gesunden Körper und umfassenden Leibbewusstsein führt, so zielt das spirituelle Üben auf eine Wohlgestaltung des eigenen Lebens. Es geht darum anzuerkennen, dass vieles in der eigenen Lebensgeschichte zufällig und chaotisch, von verworrenen Kräften und inneren Zwängen, durch Verdrängung und Verwundung geprägt und entfremdet ist. Die Notwendigkeit der Umkehr einzugestehen und darauf in weisen Schritten eine Neuordnung des Lebens wagen, die realistisch und human ist, ist eine grosse Gnade. Dazu will geistliche Begleitung verhelfen.

Gottesbeziehung und Selbsterkenntnis

Eine geistliche Begleitung zu beginnen, ist folglich dann sinnvoll, wenn ein Mensch im Alltag bereit ist, Zeit für ein Leben mit Gott zu investieren. Wer eine Begleitung beginnt, sagt ja zu einem Leben mit Gebets- und Meditationszeiten, so kurz diese auch sein mögen. Das spirituelle Leben beschränkt sich jedoch nicht auf die expliziten Gebetszeiten, sondern es will alle Lebensbereiche mehr und mehr mit der Freundschaft zu Gott durchdringen. Dies soll nicht durch äussere Aufrufe, fromm und gut zu sein, oder durch die mürrische Unterwerfung unter kirchliche und biblische Gebote erreicht werden, sondern von Innen her wachsen. Aus der Beziehung mit Gott soll das Leben Gestalt annehmen.
Dazu gehört eine wachsende Selbstwahrnehmung, denn es sind immer verdrängte Gefühle oder übergangene Verletzungen, die den Weg zu Gott und zum eigenen Selbst verstellen. Sie führen dazu, dass Gott nur verzerrt, d. h. in einem oft archaischen Gottesbild, wahrgenommen wird, dass sich vor ihm Angst einstellt oder er so langweilig und lebensfremd erscheint, dass das Interesse an ihm verloren geht. Durch das geistliche Üben im Alltag aber wird die Wirklichkeit des Lebens in all seinen Aspekten immer klarer wahrgenommen und angenommen. Durch das Bewusstwerden der verschiedenen Situationen und Beziehungen, die einen prägen, wird eine Selbsterkenntnis gewonnen, die proportional zur Gotteserkenntnis wächst. „Sei Du ganz Dein, damit ich ganz Dein sein kann“, hört Nikolaus von Kues Gott einst zu ihm sprechen. Billiger ist ein authentisches Leben mit Gott nicht zu haben. Doch wer sich auf den Weg macht, erfährt, dass die Wahrheit frei macht, und Gott mit einer Gnade und Barmherzigkeit zu Hilfe kommt, wie es nicht ausgedacht werden kann. Durch das spirituelle Üben im Alltag wird das Innere der Person so gestaltet, dass es den Ruf von Jesus Christus hört, der als Bruder an des Menschen Seite gehen will, und es wird Raum geschaffen, damit Gott sich in seiner Souveränität entfalten kann.

3. Aus dem Prozess der geistlichen Begleitung

Spirituelle Erfahrungen sind in den vergangenen Jahrzehnten immer stärker ins Zentrum des kirchlichen Lebens gerückt. Auch die Mystik erlebt eine Wiederentdeckung, nachdem die moderne Rationalität an ihre Grenzen gestossen ist. Persönliche geistliche und mystische Erfahrungen gehören seit jeher zum Glaubensleben und zu einer Freundschaft mit Gott. Von

ihrem Wesen her stehen sie zuweilen in Spannung mit der kollektiven religiösen Praxis und mit der kirchlichen Institution. In unseren Tagen hat diese Spannung oft zu einer Entkoppelung geführt, so dass sich individuelle Gotteserfahrungen verselbständigt haben und auch bewusst gegen den kirchlich vermittelten Glauben ausgespielt werden.

Mystische Erfahrungen

Was die geistliche Begleitung betrifft, so setzt sie keine mystischen Erfahrungen voraus. Sie arbeitet jedoch auf persönliche Gottesbegegnungen hin. Wenn mystische Erfahrungen dazu kommen, wird dies als Gottes Geschenk angenommen. Auf jeden Fall bleibt ein guter Begleiter nicht auf besondere Erfahrungen fixiert, sondern hilft, sie in die Biographie der begleiteten Person zu integrieren. Ihre Auswirkungen im Leben fruchtbar zu machen, ist entscheidend, denn es geht in christlicher Spiritualität weniger um punktuelle Erlebnisse, als um das Finden der eigenen Weise, als Abbild Gottes geschaffen zu sein und ihm immer ähnlicher zu werden (vgl. Gen 1,26f). In der Beziehung zu Gott gilt es die besonders intensiven Zeiten, dann aber auch die Krisen, Phasen des Schweigens und der Abwesenheit und schliesslich den unspektakulären Alltag schätzen zu lernen. Sich die Beziehung zu Gott mit all ihren Facetten schenken zu lassen, ist ein wichtiger Schritt in der spirituellen Reifung und wird in der Begleitung gefördert. Gott ist nicht nur da, wenn er gespürt wird. Dabei würde die menschliche Empfindung zum Massstab für Gott gemacht und religiöses Leben subtil dem menschlichen Narzissmus unterworfen. Die echten Mystiker werden gerade daran erkannt, dass sie auch die Abwesenheit Gottes ertragen, nicht fliehen und die Leere nicht mit weltlichen Dingen stopfen, wie es die Mehrheit der Menschen zu tun pflegt.
Der biblische Gott fordert den Menschen zum Wachstum heraus und führt ihn in die eigene Berufung. Er offenbart sich nie, ohne einen Auftrag zu vermitteln und den Menschen in die Welt hineinzuschicken. Besonders daran kann abgelesen werden, und folglich oft erst im Nachhinein, was eine besonderes Gotteserfahrung oder ein mystisches Erleben wirklich bedeutet. Erst rückblickend kann erkannt werden, ob und wie Gott am Werk ist. Gott zieht vorüber, oder wie die Propheten zu sagen pflegten: Auf der Rückseite der Tage werdet ihr erkennen. (Vgl. Jer 23,20) Im Dienst an der Welt und nicht in besonderen Erfahrungen bewährt sich spirituelles Leben.

Unterscheidung der Geister

Bei aussergewöhnlichen Gottesbegegnungen und Christuserfahrungen sucht der Begleiter zusammen mit der begleiteten Person wie im ganzen Prozess stets die Unterscheidung der Geister. Dabei werden die inneren Regungen, die Gedanken und Gefühle, die Bilder und Phantasien und alle geistlichen Erfahrungen im Lichte Gottes wahrgenommen und liebevoll angeschaut. Sich jenen bewusst zu öffnen, die dem Leben dienlich sind, und die destruktiven Kräfte zurückzuweisen bzw. zu lernen, mit ihnen zu leben, ist eine lebenslange Aufgabe. Geistliche Begleitung lehrt, um in der Sprache der spirituellen Tradition zu sprechen, mit Trost und Misstrost umzugehen: Trost ist die innere Freude am Weg mit Gott, an der Schöpfung und an den Mitmenschen. Er bezeichnet ein Wachstum an Glaube und Zuversicht, Vertrauen und Einfachheit, Gerechtigkeitssinn und Friedensbereitschaft, Hoffnung und Liebe. Die begleitete Person lehrt diese Erfahrungen wahrzunehmen und sich in ihnen zu verankern,

so dass sie zur Kraftquelle werden, auch in den Zeiten des Misstrosts mit Christus an der Seite voranzugehen. Zweifel, Vorwürfe gegen sich selbst, Verstrickung in Scheindiskussionen mit immer subtileren Argumenten, depressive Stimmungen und mürrische Unzufriedenheit wie auch die Lust, sich gemein und primitiv zu verhalten, sind Erfahrungen des Misstrosts, die ebenso zu jedem geistlichen Weg gehören. Hier gilt es, treu zu bleiben und zu lernen, selbst aus diesen Erfahrungen Gottes Botschaft herauszuhören. Der geistliche Begleiter wird unterstützend und fördernd helfen, durch diese Phasen zu gehen und sich in der Seelenlandschaft zu bewegen. Dabei darf der Blick in der eigenen Erfahrung nicht stecken bleiben, sondern hat sich immer wieder auf Gott auszurichten. „In allem auf Christus schauen“, sagt der Karthäuser Ludolf von Sachsen, ein Vertreter der *devotio moderna*, der modernen Spiritualität im Spätmittelalter. Und unser Zeitgenosse Heinrich Spaemann formuliert: „Was wir im Auge haben, prägt uns, dahinein werden wir verwandelt, und wir kommen, wohin wir schauen.“ Je weiter ein Mensch auf seinem geistlichen Weg voranschreitet, umso mehr lernt er, ganz auf Gott zu schauen und gleichzeitig immer feiner die subtilen Bewegungen und Gesetzmässigkeiten der eigenen Seele wahrzunehmen. Dadurch erwächst ein innerer Kompass, der es erlaubt, ganz aus der eigenen Mitte zu leben, Entscheidungen zu treffen und, wo gefordert, auch andere zu führen.

Weil der Mensch sich stets nach Gottes Liebe sehnt, geht er auf die spirituelle Reise und beginnt eine geistliche Begleitung. Es ist in seiner Natur auch angelegt, dass er sich entfalten und aus seinem Leben ein einmaliges Kunstwerk machen will. Gott lädt ihn dazu ein. Zugleich erfährt jeder Mensch aber auch Widerstände in sich, auf diesem Weg voranzugehen. Die Ambivalenz entsteht, weil in ihm nicht nur die Sehnsucht nach Gott, sondern auch die Angst vor dem Absterben der eigenen ich-bezogenen Identität besteht. Die Abtötung, die ein geistliches Leben auch enthält, um nochmals in der klassischen Spiritualitätssprache zu reden, lässt den eigenen Narzissmus und die Ich-Bezogenheit sterben. Ohne sie ist die Neugeburt zu einem reifen Menschsein nicht zu haben. Dies gilt für jeden Lebensweg und in gesteigertem Masse zu einem geistlichen Leben, das sich in Christus verankern will, wie Jesus selbst wiederholt bezeugt: „Wenn das Samenkorn nicht in die Erde fällt und stirbt…“ (Joh 12,24) oder: „Wer mir nachfolgen will, nehme sein Kreuz auf sich.“ (Mt 16,24) Während sich der Widerstand in jedem Menschen meldet, wenn die alte Identität dabei ist abzusterben, so ist er umso mehr bei jenen anzutreffen, die das Absterben und die Abtötung falsch verstehen, nämlich als ein Verzicht auf wahres und volles Leben. Dieses Missverständnis schleicht sich leicht ein, weswegen viele Menschen religiöses Leben nur als Einschränkung und Minderung von Lebensqualität wahrnehmen können. Mit solchen Missverständnissen und Widerständen, die zu jedem wahren Reifungsprozess gehören, umzugehen, lehrt der geistliche Begleiter. Er stärkt im Begleiteten die Hoffnung auf Gott trotz rückwärts ziehender Kräfte, hilft das Neue und Unerklärliche in die Gottesbeziehung zu integrieren und so die Beharrungstendenz, die sich den Veränderungen widersetzt, zu überwinden.

Das Wachstum der Beziehungsfähigkeit gegenüber Gott ist auch Phasen der Regression ausgesetzt. Zu wissen und damit zu rechnen, dass die Angst weiterzugehen bei grossen Schritten in Regression umschlägt, ist wichtig. Gerade fromme Menschen z. B., die sich bereits eine eigene religiöse Identität erarbeitet oder eine solche geerbt bekommen haben, fürchten sich zuweilen vor einer geistlichen Begleitung. Sie befürchten, dass ihnen der Glaube

genommen werden könnte. Meistens rationalisieren sie ihre Angst, indem sie sich im religiösen Leben sicher fühlen und sich sagen, dass sie keine Begleitung brauchen, weil sie schon in Gott verwurzelt sind. Doch Gott will immer weiterführen. Dabei muss der Kinderglaube sterben und das zu kleine Gottesbild aufgebrochen werden. Gott führt stets über den bestehenden Glaubensgrad hinaus. Für den geistlichen Pilger bedeutet es stets neu, loszulassen und abzusterben, wie dies Meister Eckhart den Schwestern zuruft, die er begleitet: „Man muss Gott lassen, um Gott zu finden." Gerade im fortgeschrittenen Glaubensleben, wo die Spiritualität differenzierter erlebt wird und gerade in Zeiten der Regression und des Widerstands, wo der Begleitete stark zu Projektionen und psychische Übertragungen auf den Begleiter, auf Christus und auf Gott neigt, hat die geistliche Begleitung einen unerlässlichen Beitrag zu leisten. Ohne eine gemeinsame Unterscheidung all der „Geister", die in solchen Veränderungen lebendig werden, ist ein Fortschreiten kaum möglich.

Kernverletzung und Berufung

Die Freundschaft mit Gott entspricht der Beziehung zu den Mitmenschen, genau so wie die Liebe zu Gott und die Nächstenliebe miteinander gekoppelt sind. Der Gott des Lebens ruft daher jeden Menschen, sich stets tiefer in den Dienst der Kirche und der Welt zu stellen. Die Schöpfung ist nicht vollendet und die Welt nicht statisch, sondern im kontinuierlichen Neu-Werden in Christus. Daher hilft der geistliche Begleiter der Person, die er begleitet, seine Sendung an der Seite Jesu für die Mitmenschen zu entfalten und den gesellschaftlichen Ort zu suchen, an den Jesus ruft. Es geht um das Reich Gottes und seine Gerechtigkeit mitten im Berufsleben und Alltag. Jesus selbst liess sich von Gott führen und musste seine eigene Berufung Schritt um Schritt finden: Zuerst ein Leben als Handwerker und Zimmermann. Dann entscheidet er sich mit dreissig Jahren für den Anschluss an die Bewegung von Johannes dem Täufer, findet sich nach dessen Hinrichtung jedoch gerufen, selbst die Frohbotschaft vom Reich Gottes zu verkünden und mit eigenen Jüngern zu verbreiten. Schliesslich ringt er sich durch, Jerusalem mit seinen religiösen Institutionen um der Sache Gottes willen herauszufordern und seine Hinrichtung auf sich zu nehmen.

Im Licht des öffentlichen Auftretens Jesu und seiner Berufung hilft die Begleitung dazu, die körperlichen, intellektuellen, künstlerischen, handwerklichen, ja alle Fähigkeiten des Begleiteten aufzudecken, zu stärken und zu fördern. Sie sollen geläutert werden, um sich im Dienst seiner Berufung zu entfalten. Doch das tiefe Geheimnis, das aus Tod und Auferweckung Jesu aufscheint, besagt nicht, dass es spirituelle Helden heranzuzüchten gilt. Vielmehr will sich Gott gerade in der Schwachheit und im menschlichen Scheitern als Gott erweisen. Wie nur ein weltlich gescheiterter Messias die Welt retten kann, weil er so nicht zum Götzen gemacht werden kann und den Blick auf Gott nicht versperrt, so lehrt die geistliche Begleitung, gerade auch angesichts der eigenen Gebrochenheit den Weg mit Gott zu gehen. Die menschliche Schwachheit, in die Nachfolge Jesu gestellt, ist Gottes privilegiertes Wirkungsfeld. Kein anderer als Paulus hat unablässig auf diese paradoxe Wahrheit hingewiesen:

> „Denn Christus hat mich nicht gesandt zu taufen, sondern das Evangelium zu verkünden, aber nicht mit gewandten und klugen Worten, damit das Kreuz Christi nicht um seine Kraft gebracht wird. Denn das Wort vom Kreuz ist denen, die verloren gehen, Torheit; uns aber, die gerettet

werden, ist es Gottes Kraft… Die Juden fordern Zeichen, die Griechen suchen Weisheit. Wir dagegen verkünden Christus als den Gekreuzigten: für Juden ein empörendes Ärgernis, für Heiden eine Torheit, für die Berufenen aber, Juden wie Christen, Christus, Gottes Kraft und Gottes Weisheit… das Schwache in der Welt hat Gott erwählt, um das Starke zu Schanden zu machen." (aus 1 Kor 1,17-31)

In den letzten Jahrzehnten ist die geistliche Wahrheit, dass die tiefste Verwundung, Verwundbarkeit und das Scheitern des Menschen auch die Quelle für seine Stärke und Berufung bereitstellt, psychologisch neu bestätigt worden. An der Kernverletzung, die auf dem Seelengrund jedes Menschen liegt, entwickeln sich die genuinsten Fähigkeiten einer Person, weil sie nichts anderes als die andere Seite derselben Medaille darstellen. Die konkrete, persönliche Schwäche und das Scheitern, durch Christus aufgehoben und zu einer Narbe geheilt, die nicht vergessen und verdrängt wird, ist das tiefste Zeichen der Solidarität mit ihm. Im Ort der Schwäche sich gemeinsam mit Jesus Gottes Ruf zur Verfügung zu stellen, lehrte die Armutsfrömmigkeit des Mittelalters: „Nudus nudum Jesum sequi", nackt dem nackten Jesus folgen. Wer an den Wunden Christi seine Wunden heilt, der entdeckt am auferstandenen Leib auch seinen neuen Leib und sein neues Menschsein. Sich an die Wahrheit von Christi Tod und Auferstehung mit dem eigenen Scheitern, Sterben und Neu-Werden heranzutasten, gehört zum spirituellen Leben, das sich der christlichen Mystik verpflichtet weiss. Wenn die begleitete Person zusammen mit dem Begleiter diesen inneren Ort aufsucht und ihn unter dem Wirken des Heiligen Geistes für die eigene Biographie fruchtbar macht, ist die letzte Zielsetzung einer geistlichen Begleitung erreicht.

4. Eine Begleitung sorgfältig beschliessen

Alles in der Zeit Geschaffene hat einen Anfang, eine Mitte und ein Ende; so auch die geistliche Begleitung. Zuweilen sind es äussere Umstände wie z. B. ein Umzug, die eine Begleitung zu einem Abschluss kommen lassen. Aus der Dynamik des spirituellen Weges selbst ist eine Begleitung dann zu beenden, wenn ihr Ziel erreicht ist, d. h. wenn die begleitete Person gelernt hat, ihr Leben aus einer tragfähigen Beziehung zu Gott zu gestalten. Selbstverständlich ist diese Zielsetzung im Leben nie ganz erfüllt und die Vertiefung der Freundschaft mit Gott ist ein offener Lebensprozess. Doch wenn der Begleitete fähig geworden ist, auf den eigenen „inneren geistlichen Begleiter", auf den inneren Christus, zu hören, wenn das Arbeitsbündnis mit der inneren Sehnsucht fest verankert und wenn die Unterscheidung der Geister integriert ist, neigt eine Begleitung dem Ende zu. Dann ist die begleitete Person auf ihrem Weg der persönlichen Christusnachfolge ein gutes Stück weitergekommen, hat ihr Leben insofern geordnet, als es durch regelmässige Gebetszeiten und Glaubensvertiefung genährt wird, und kann auch ohne überstarke Gefühle der Abhängigkeit oder der Abneigung gegenüber dem geistlichen Begleiter loslassen. Entscheidend ist auf jeden Fall, dass der Abschluss der Begleitung von beiden Seiten, Begleiter wie begleiteter Person, im Konsens geschieht und je aus freien Stücken getragen ist. Der äussere Arbeitsvertrag kann dann gut gelöst werden.

Eine geistliche Begleitung mag kürzere Zeiten dauern, doch normalerweise braucht es einige Jahre des Übens, bis eine Gottesbeziehung gewachsen ist, die auch in den Stürmen des Alltags Bestand hat. Nach einigen Jahren kann es auch gut sein, den Begleiter oder die Begleiterin zu wechseln, da jede auch noch so kompetent arbeitende Person begrenzt ist. Sie

hat ihren Beitrag für den Begleiteten gegeben und eine neue Begleitperson kann neue Aspekte für einen geistlichen Weg eröffnen. Die Persönlichkeit der begleitenden Person spielt bekannterweise im Prozess keine kleine Rolle. Wenn eine Begleitung mit der Absicht beschlossen wird, andernorts einen Begleiter zu suchen, ist besonders darauf zu achten, dass die erste Begleitung nicht aufgrund eines Widerstandes oder einer oberflächlichen Unzufriedenheit abgeschlossen wird. Den Schwierigkeiten auf dem Weg, den mühsamen Trockenzeiten und dem scheinbaren Stillstand in der Begleitung sollte nicht nachgegeben werden. Sie gehören dazu. Durch das Einstellen einer geistlichen Begleitung und die Flucht in eine neue ist nicht geholfen. Hier gilt es mit grosser Aufrichtigkeit zu handeln. Wahrhaftigkeit braucht es auch, wenn sich die Begleitung in eine zu nahe Freundschaft verwandelt hat oder eine Abhängigkeit entstanden ist. Gemeinsam braucht es dann eine Neuausrichtung oder es ist offen zu besprechen, warum die Begleitung aufzulösen ist.

Über eine Begleitung hinaus wird der Begleiter vor allem noch einmal einige Meditations- und Gebetsformen mit auf den Weg geben, wie die tägliche Tagesmeditation oder die Hinweise zur Gestaltung von persönlichen Vertiefungstagen, wo der Begleitete selbst seinen Weg gehen lernt. Noch entscheidender ist es, die Haltung des *contemplativus in actione* als Schatz weiter zu tragen: Diese Aufmerksamkeit und Beschaulichkeit mitten im Tun, diese Fähigkeit, den Lauf der Alltagsgeschäfte zu unterbrechen und zu sehen, wie alles, was lebt, aus Gott hervorgeht und gerufen ist, ihm zu antworten. Es ist dies wahrhaftige Haltung der Liebe, der Kommunikation zwischen allen Geschöpfen und ihrer Verbundenheit mit Gott, die es in jedem Augenblick wach zu halten gilt. Die Liebe und Freiheit gilt es zu wahren, die Augustinus auf den Punkt gebracht hat: „Liebe und tu, was du willst!“

* Aus sprachlichen Gründen verzichte ich auf eine gender-inklusive Sprache, die den Text verkompliziert. Dass gerade viele Frauen äusserst kompetent begleiten und mehr Frauen die Begleitung für sich entdeckt haben als Männer, ist eine Tatsache, die ich sehr zu schätzen weiss.