

# In der Kraft des Geistes

Beiträge von Franz Meures  
zur Spiritualität der Exerzitien

herausgegeben  
von Igna Kramp  
und Johanna Schulenburg

echter

# Franz Meures SJ zum 70. Geburtstag

Der Umwelt zuliebe verzichten wir bei diesem Buch auf Folienverpackung.

Bibliografische Information der Deutschen Nationalbibliothek

Die Deutsche Nationalbibliothek verzeichnet diese Publikation  
in der Deutschen Nationalbibliografie; detaillierte bibliografische Daten  
sind im Internet über <http://dnb.d-nb.de> abrufbar.

1. Auflage 2021  
© 2021 Echter Verlag GmbH, Würzburg  
[www.echter.de](http://www.echter.de)

Gestaltung: Crossmediabureau  
Druckerei: CPI books – Clausen & Bosse, Leck

ISBN 978-3-429-05652-0

# Inhalt

|  |           |
|--|-----------|
| Vorwort der Provinzialin der Mitteleuropäischen Provinz<br>der Congregatio Jesu<br>Jedes Wort bedacht . . . . .  | 7         |
| Vorwort des Provinzials der Zentraleuropäischen Provinz<br>der Societas Jesu . . . . .   | 9         |
| Leben in der Kraft des Geistes <sup>1</sup><br>Gesammelte Werke von Franz Meures SJ . . . . .  | 11        |
| <b>I. Grundlegung . . . . .</b>  | <b>17</b> |
| Legende zur Karte „Christliches Menschenbild“ . . . . .  | 20        |
| 1. Was ist ein geistlicher Prozess?<br>Erfahrungen und grundsätzliche Überlegungen . . . . .   | 22        |
| <b>II. Exerzitienprozess . . . . .</b>   | <b>35</b> |
| „Wollt auch ihr weggehen?“ (Joh 6,67). Exerzitien als Ruf<br>in die Schicksalsgemeinschaft mit Jesus Christus<br>Der Beitrag des Franz Meures zum Verständnis der ignatianischen<br>Exerzitien . . . . . | 37        |
| 2. Ignatianische Exerzitien als Biographiearbeit? . . . . .  | 48        |
| 3. Die tägliche Gewissensforschung . . . . .   | 62        |
| 4. Exerzitien und Psychotherapie<br>Versuch einer Abgrenzung . . . . .   | 66        |
| 5. Christus finden durch das Wort der Schrift . . . . .  | 75        |
| 6. „Wer mit mir kommen will ...“ (GÜ 95)<br>Erfahrungen und Reflexionen zum geistlichen Prozess der zweiten<br>Exerzitienwoche . . . . .   | 77        |
| 7. O, du mein Volk<br>Betrachtung zum Karfreitag . . . . .   | 91        |
| 8. „Er ist nicht hier“<br>Osterglaube als Teilhabe an der Gottesferne . . . . .  | 95        |
| 9. „Christ will unser Trost sein“<br>Zur Praxis der vierten Exerzitienwoche . . . . .  | 104       |

|  |                 |
|--|-----------------|
| 10. Was heißt Unterscheidung der Geister? . . . . .  | 125             |
| 11. Unterscheidung der Geister in den Satzungen<br>der Gesellschaft Jesu . . . . .   | 149             |
| 12. Die affektive Dimension geistlicher Unterscheidung<br>und Entscheidung . . . . .   | 165             |
| 13. Wer die Wahl hat, hat die Qual<br>Lernen eigene Entscheidungen zu treffen . . . . .  | 188             |
| <br>III. Geistliche Prozesse in Gruppen . . . . .  | <br>197         |
| „Wenn nicht der Herr das Haus baut, müht sich jeder umsonst“<br>(Ps 127,1)<br>Geistliche Prozesse im Leben der Kirche und das Werk<br>von Franz Meures SJ . . . . .        | <br><br><br>199 |
| 14. Die Synode als geistlicher Prozess . . . . .   | 215             |
| 15. Damit die Synode Frucht bringen kann ...<br>Einige Leitsätze des respektvollen Umgangs miteinander . . . . .   | <br>223         |
| 16. Entscheidungen – einsam oder gemeinsam?<br>Die Chancen einer geistlichen Entscheidungsfindung in Gemeinschaft . . . . .  | <br>225         |
| 17. „Der Heilige Geist und wir haben beschlossen“ (Apg 15,28)<br>Einige ekklesiologische Grundannahmen zur geistlichen Entscheidungs-<br>findung in Gemeinschaft . . . . . | <br><br>230     |
| 18. Die Beratung der ersten Gefährten . . . . .  | 237             |
| 19. „Gottes Willen suchen gemäß dem Ziel unserer Berufung“<br>Zum Prozess einer geistlichen Entscheidungsfindung in Gemeinschaft . . . . .                                 | <br>250         |
| 20. Gruppenbegleitung als Hilfe zur Unterscheidung in Gemeinschaft . . . . .   | 273             |
| 21. Unterscheidung der Geister in Gruppen<br>Eine Übertragung der Regeln zur Unterscheidung der Geister<br>auf Gruppenprozesse . . . . .                                   | <br><br>286     |
| Anmerkungen . . . . .  | 303             |
| Ersterscheinung der hier veröffentlichten Beiträge . . . . .   | 319             |
| Lebenslauf von Franz Meures SJ . . . . .   | 323             |
| Kurzinformation zu den Herausgeberinnen . . . . .  | 325             |

## 21. Unterscheidung der Geister in Gruppen

### Eine Übertragung der Regeln zur Unterscheidung der Geister auf Gruppenprozesse

Ein wesentliches Anliegen des Seminars „Gemeinschaften im Glauben leiten und begleiten“<sup>237</sup> war es, ein tieferes Verständnis für geistliche Prozesse in Gruppen zu vermitteln. Denn eine geistliche Begleitung von Gruppen und Gemeinschaften ist nur möglich, wenn jemand ein Gespür und ein Verständnis für solche geistlichen Prozesse gefunden hat. Über die Fragen, was eigentlich ein geistlicher Prozess in einer Gruppe ist und worauf in der Begleitung zu achten ist, wird im nächsten Heft dieser Zeitschrift ein ausführlicher Artikel erscheinen.<sup>238</sup>

Hier nun sollen einige grundsätzlichere Aspekte im Vorfeld erörtert werden. Einige Grundbegriffe werden eingeführt, sozusagen das kleine Alphabet für geistliche Prozesse in Gruppen. Dies soll geschehen anhand der Regeln zur Unterscheidung der Geister für die erste Exerzitienwoche (GÜ 313–327) und einiger weiterer Hinweise aus dem Exerzitienbuch des Ignatius von Loyola.

#### Geistliche Bewegungen in Gruppen

Die Erfahrungsbasis für jede Unterscheidung der Geister<sup>239</sup> sind die Gedanken und Regungen einer Person (*pensamientos y mociones*). Es handelt sich um jene inneren Vorgänge eines Menschen, die auf dem Bildschirm seines Bewusstseins sichtbar werden. Solche Gedanken und Regungen umfassen alles, was sich in der menschlichen Seele abspielen kann: Gefühle, Stimmungen, Überlegungen, Pläne, Träume, Phantasien, Bedürfnisse, Wünsche etc. Ihre geistliche Qualität erhalten diese inneren Vorgänge dadurch, dass sie eine Richtung haben: die in ihnen liegende Dynamik kann die Person mehr zu Gott hinführen oder mehr von ihm weg. Die Selbstvergewisserung über die Richtung der inneren Bewegungen nennt man Unterscheidung der Geister.

Geistliche Bewegungen sind bisher hauptsächlich in ihrer Bedeutung für das Individuum reflektiert worden. So sind auch alle Anweisungen und Regeln im Exerzitienbuch des Ignatius Hinweise für die inneren Prozesse von Einzelpersonen. Auch die Literatur zur Unterscheidung der Geister hat sich seit den Lehrsprüchen der Wüstenväter bis heute vor allem mit der geistlichen Dynamik des Individuums befasst.<sup>240</sup>

Doch ist unübersehbar, dass auch eine Gruppe, eine Gemeinschaft oder sogar ein ganzes Volk bei sich selbst solch verschiedene geistliche Bewegungen erleben kann. In der Hl. Schrift lässt sich das sehr schön nachzeichnen am Weg des Volkes Israel aus Ägypten heraus durch die Wüste in das verheißene Land. Dabei wird häufig über das ganze Volk gesprochen, als wäre es ein einziges Subjekt: das Volk stöhnt und schreit über den Frondienst in Ägypten; am Roten Meer jubelt es und dankt Gott für die Rettung; das Volk murret und revoltiert in der Wüste, weil Wasser und Nahrung mangeln; das Volk erlebt intensiv die Nähe seines Gottes beim Bundesschluss am Sinai; das Volk kann die Gottesferne nicht ertragen und opfert einem Götzenbild, dem Goldenen Kalb, etc.

Jede Gemeinschaft, die sich im weiteren Sinne als religiöse Gemeinschaft zusammengefunden hat, durchläuft solche Prozesse verschiedener geistlicher Bewegungen. Unsere Sprache hat bereits einen gewissen Wortschatz für solche Phänomene, etwa wenn wir sagen: „Es herrscht ein guter Geist in dieser Gruppe“ oder „Bei uns steckt der Wurm drin, es ist wie ein Teufelskreis“. Insgesamt jedoch scheinen sich nur wenige Leute darüber klar zu sein, dass es sich auch bei solchen Erfahrungen um „geistliche Bewegungen“ handeln könnte, so wie man etwa im persönlichen Leben gelernt hat, Phasen des geistlichen Trostes und der Trostlosigkeit zu unterscheiden.

Zwischen den geistlichen Bewegungen einer Einzelperson und einer Gruppe gibt es jedoch einen wesentlichen Unterschied, nämlich in der Frage der Einheit des wahrnehmenden Subjektes. Wenn ein Individuum sich in einer gewissen Stimmung befindet, kann es sich mit Wachheit und Selbstreflexion leicht dieser Stimmung vergewissern: „Ich fühle mich niedergeschlagen.“ „Ich bin zuversichtlich.“ „Ich bin wie zerrissen.“ Eine Gruppe jedoch kann dies nicht so einfach. Nor-

malerweise gibt es so viele Wahrnehmungen der Atmosphäre einer Gruppe, wie Personen anwesend sind.<sup>241</sup> Nicht selten sind sehr aufwendige Klärungs- und Feedbackprozesse notwendig, bis eine Gruppe merkt, was jetzt wirklich in ihr vorgeht. Doch auch das Gegenteil kann vorkommen, nämlich dass alle spontan spüren, was los ist: „Wir sind heute wie gelähmt.“ „Hier wagt sich keiner aus der Deckung.“ „Hier weht ein frischer Wind.“

Wenn ein solcher Prozess der Selbstwahrnehmung in einer Gruppe stattfindet – und sei es auch nur von einigen Teilnehmern oder von Seiten der Leitung –, dann halte ich die Regeln zur Unterscheidung der Geister für übertragbar und anwendbar auf Gruppenprozesse.

## Die Grundkategorien

Die geistliche Tradition der Unterscheidung der Geister und ihre spezielle Ausfaltung bei Ignatius von Loyola kann hier nicht eigens entfaltet werden. Vielmehr soll versucht werden, die Grundkategorien, wie Ignatius sie in den Regeln zur Unterscheidung der Geister der ersten Woche entwickelt, in ihrer Bedeutung für Gruppenprozesse zu reflektieren.

Die beiden ersten Regeln dienen dazu (GÜ 314–315), sich zu vergewissern, ob das Subjekt überhaupt auf einem Weg ist, Gott zu suchen und ihm zu dienen. Dieselbe Grundsatzfrage ist auch für Gruppen wichtig: Hat die Gruppe – im weiten Sinne – eine Ausrichtung, die einer Gemeinschaft von Glaubenden entspricht? Gibt es in ihr Bemühungen, ihre Schwächen und Defizite zu überwinden („sich von ihren Sünden zu reinigen“) und sich für die Verwirklichung christlicher Werte einzusetzen („im Dienst Gottes, unseres Herrn, vom Guten zum Besseren aufzusteigen“)? Nur wenn diese Fragen positiv beantwortet werden können, dürfen die weiteren Regeln zur Unterscheidung der Geister angewendet werden. Denn nur dann sind Ruhe und Trost ein Zeichen des guten Geistes, und Traurigkeit und Verwirrung sind Anzeichen des bösen Geistes. Eine Gemeinschaft nämlich, in der viele schlechte Gewohnheiten eingerissen sind und in der keiner-

lei Anstrengungen spürbar sind, sich von diesen wieder zu befreien, („bei denjenigen, die von Todsünde zu Todsünde gehen“), mag mit sich selbst ganz zufrieden sein und wird kaum etwas daransetzen, die „inneren Bewegungen“ zu unterscheiden, um „vom Guten zum Besseren aufzusteigen“.

Dies vorausgesetzt, kommt Ignatius zu den beiden Grundkategorien der Unterscheidung, nämlich „geistliche Tröstung“ und „geistliche Trostlosigkeit“ (GÜ 316–317). In ihnen entwickelt er seine Phänomenologie geistlicher Erfahrung. Eine Gruppe braucht ein wirkliches Sensorium für solche „Regungen“, die sozusagen den Bodensatz für jede geistliche Dynamik bilden; ohne sie sind alle weiteren Unterscheidungsregeln unbrauchbar.

### **Von geistlicher Tröstung**

Mit „geistlicher Tröstung“ beschreibt Ignatius ein ganzes Spektrum von Erfahrungen, in denen ein Mensch eine Bewegung auf Gott hin spürt, eine Nähe und Übereinstimmung mit ihm. Als erste Erfahrung nennt er ein liebendes Verlangen nach Gott (GÜ 316,1), als zweite eine Liebe zu den Geschöpfen, in der Gott gefunden wird (GÜ 316,2). Die dritte Erfahrung besteht in „Tränen“, wobei dies Tränen des Dankes, der Liebe, der Reue oder Schmerzes über das Kreuz Christi sein können (GÜ 317,2). Diese Beschreibung des Trostes ist sehr wichtig für das ignatianische Verständnis von Tröstung, da nicht selten in einer gewissen Oberflächlichkeit „geistliche Tröstung“ mit sogenannten „positiven Gefühlen“ gleichgesetzt wird. Und schließlich gibt es viertens eine ganz allgemeine Beschreibung von Trost, in der eine Zunahme in den drei göttlichen Tugenden, Freude, zu Gott hingezogen sein, Ruhe und Frieden in der Seele genannt werden (GÜ 316,4).

Wird diese Phänomenologie des Einzelnen auf die geistlichen Erfahrungen einer Gruppe übertragen, dann könnte die Beschreibung der geistlichen Tröstung etwa so ausschauen:

## Die Regungen beim Individuum

Aus dem Exerzitienbuch, GÜ 316

## Die Regungen in der Gruppe

Übertragung

DIE DRITTE:

<sup>1</sup> Von geistlicher Tröstung. Ich nenne es „Tröstung“, wann in der Seele irgendeine innere Regung verursacht wird, mit welcher die Seele dazu gelangt, in Liebe zu ihrem Schöpfer und Herrn zu entbrennen;

<sup>2</sup> und *weiterhin*, wann sie kein geschaffenes Ding auf dem Angesicht der Erde in sich lieben kann, sondern nur im Schöpfer von ihnen allen.

<sup>3</sup> Ebenso, wann sie Tränen vergießt, die zu Liebe zu ihrem Herrn bewegen, sei es aus Schmerz über ihre Sünden oder über das Leiden Christi unseres Herrn oder über andere Dinge, die geradeaus auf seinen Dienst und Lobpreis hingeeordnet sind.

<sup>4</sup> Überhaupt nenne ich „Tröstung“ alle Zunahme an Hoffnung, Glaube und Liebe und alle innere Freude, die zu den himmlischen Dingen ruft und hinzieht und zum eigenen Heil seiner Seele, indem sie ihr Ruhe und Frieden in ihrem Schöpfer und Herrn gibt.

<sup>1</sup> Ich nenne es „geistliche Tröstung“, wenn innerhalb einer Gruppe irgendwelche Regungen auftreten, die der Gruppe helfen, miteinander nach Gott zu suchen und sich auf ihn auszurichten.

<sup>2</sup> und *weiterhin*, wenn die Pläne, Absichten und die Ziele der Gruppe derart sind, dass sie dabei die je größere Liebe zu Gott sucht;

<sup>3</sup> Ebenso, wenn starke emotionale Reaktionen in der Gruppe auftreten, durch die sie zu Liebe zu ihrem Herrn bewegt wird, sei es aus Schmerz über die Konflikte, Fehler und Sünden in der Gruppe oder über das Leiden Christi oder über andere Dinge, die der Gruppe auf ihrem geistlichen Weg helfen.

<sup>4</sup> Überhaupt nenne ich „Tröstung“ alle Zunahme an Glaube, Hoffnung und Liebe und alle Freude innerhalb der Gruppe, durch die sie sich auf Gott ausrichtet und als Gruppe heil wird, indem vom Herrn her Ruhe, Frieden, Annahme und Konsens in der Gruppe möglich werden.

Was bei einer Einzelperson die innere Erfahrung der Ganzheit, der Stimmigkeit und des Friedens ist, das ist innerhalb einer Gruppe der Konsens und die Einmütigkeit. Die Apostelgeschichte beschreibt diese Trosterfahrung der Gemeinde so: „Die Gemeinde der Gläubigen war ein Herz und eine Seele“ (Apg 4,23; vgl. auch 2,43–47). Diese Erfahrung des

Friedens und der Harmonie ist verbunden mit einem intensiven Ausgerichtetsein auf den Dienst Gottes.

Eine solche Erfahrung von „Tröstung“ ist auch über eine Gruppe hinaus in einem größeren sozialen und kulturellen Kontext möglich. So fragt sich etwa die letzte Generalkongregation des Jesuitenordens in ihrem Dekret über Inkulturation, ob es ein Anzeichen dafür gebe, dass die Evangelisierung einer Kultur wirklich vom guten Geist geleitet ist. Da heißt es: „Bei der Ausübung unserer Sendung hilft uns ein einfaches Kriterium unserer ignatianischen Tradition: aus unserem persönlichen geistlichen Leben kennen wir den *Trost* als Folge unserer Übereinstimmung mit dem, was Gott in unseren Herzen wirkt, und die *Trostlosigkeit*, wenn unser Leben im Gegensatz zu diesem Wirken steht. Genauso wird unser Einsatz für die Evangelisierung einer Kultur zu einem Dienst des Trostes, wenn wir ihn so gestalten, dass dabei ans Licht kommt, wie Gott in jenen Kulturen wirkt, wo wir arbeiten. Dies wird unser Gespür für das Geheimnis Gottes schärfen.“<sup>242</sup>

### **Von geistlicher Trostlosigkeit**

Die Beschreibung der geistlichen Trostlosigkeit ist parallel aufgebaut zur vorhergehenden Regel über den geistlichen Trost.

## Die Regungen beim Individuum

*Aus dem Exerzitienbuch, GÜ 317*

DIE VIERTE: <sup>1</sup> Von geistlicher  
Trostlosigkeit. Ich nenne Trostlosig-  
keit das ganze Gegenteil der dritten  
Regel,

<sup>2</sup> wie Dunkelheit der Seele, Verwir-  
rung in ihr, Regung zu den niederen  
und irdischen Dingen, Unruhe von  
verschiedenen Bewegungen und Ver-  
suchungen,

<sup>3</sup> die zu Unglauben bewegen, ohne  
Hoffnung, ohne Liebe, wobei sich  
die Seele ganz träge, lau, traurig und  
wie von ihrem Schöpfer und Herrn  
getrennt findet.

<sup>4</sup> Denn wie die Tröstung der Trost-  
losigkeit entgegengesetzt ist, so sind  
auf die gleiche Weise die Gedanken,  
die von der Tröstung ausgehen, den  
Gedanken entgegengesetzt, die von  
der Trostlosigkeit ausgehen.

## Die Regungen in der Gruppe

*Übertragung*

<sup>1</sup> Ich nenne Trostlosigkeit Vorgänge  
in der Gruppe, die ganz das Gegen-  
teil zum soeben gesagten sind,

<sup>2</sup> nämlich Perspektivlosigkeit und  
Verwirrung in der Gruppe, primitive  
oder ordinäre Vorgänge, Unruhe,  
Streit und Chaos durch verschiedene  
Herausforderungen und Infragestel-  
lungen, d. h. Vorgänge,

<sup>3</sup> die zu eine Abnahme von Glaube,  
Hoffnung und Liebe führen, wobei  
sich die Gruppe wie gelähmt, ganz  
lustlos und resigniert erlebt und  
ohne jedes Vertrauen auf Gottes  
Hilfe und geistlichen Fortschritt.

<sup>4</sup> Denn wie die Tröstung der Trost-  
losigkeit entgegengesetzt ist, so sind  
auf die gleiche Weise die Überle-  
gungen, die das Leben der Gruppe  
bestimmen und von der Tröstung  
ausgehen, den Überlegungen ent-  
gegengesetzt, die von der Trostlosig-  
keit ausgehen.

Der letzte Abschnitt dieser Regel (GÜ 317,4) betrifft sowohl die Trös-  
tung wie die Trostlosigkeit. Er zeigt den Zusammenhang zwischen emo-  
tionalen Stimmungen und Gedanken und rückt damit eine sehr wich-  
tige Einsicht der Unterscheidung der Geister in den Mittelpunkt: dass  
nämlich die Gedanken einer Person nicht nur den Gesetzen der Ver-  
nunft und Logik folgen, sondern dass sie von der affektiven Grundstim-  
mung gefärbt werden. Wer niedergeschlagen ist, ergeht sich gerne in  
düsteren Gedanken. Wer voller Hoffnung ist, schmiedet zukunftsträch-  
tige Pläne. In GÜ 318,2 ergänzt Ignatius diese Einsicht: „Denn wie uns  
in der Tröstung mehr der gute Geist führt und berät, so in der Trostlo-  
sigkeit der böse, mit dessen Ratschlägen wir nicht den Weg einschlagen

können, um das Rechte zu treffen.“ Für die geistliche Dynamik einer Gruppe ist es sehr wichtig, auf diesen Zusammenhang zu achten. Wenn in einer Gruppe kaum jemand ein Gespür hat für die vorherrschende Grundstimmung, dann können die geäußerten Gedanken und Überlegungen ins Leere gehen oder sie können eine sowieso schon schlechte Grundstimmung noch verstärken. Fast jeder kennt diese Erfahrung aus Sitzungen. Wenn beim ersten Tagesordnungspunkt viele Spannungen und Aggressionen hochkamen, wird es sehr schwer, die weiteren Punkte noch vernünftig und sachlich miteinander zu bereden. Und umgekehrt, wenn die Atmosphäre stimmt, können auch die schwierigsten Verhandlungen zu einem guten Erfolg führen.

Zum Verständnis dieser Grundstimmungen sei auch noch die neunte Regel (GÜ 322) erwähnt, in der Ignatius nach den Ursachen für die Trostlosigkeit fragt. Die erste Ursache für Trostlosigkeit, nämlich Nachlässigkeit in geistlichen Übungen, könnte für eine Gruppe bedeuten, dass sie sich zu wenig ihre gemeinsame Glaubensbasis bewusst macht, zu wenig über ihre geistlichen Ziele und Werte reflektiert und „ausdrückliche Glaubensvollzüge“<sup>243</sup> im Leben der Gruppe kaum einen Platz haben. Die Bewegung auf Gott zu verliert sich, weil ihr zu wenig ausdrücklich Raum gegeben wird. Die zweite Ursache liegt in einer Erprobung von Seiten Gottes: Er entzieht seinen Trost, damit sich jemand umso mehr nach ihm ausstreckt. Für eine Gruppe kann dies bedeuten, dass Missmut, Unruhe oder Verwirrung („Trostlosigkeit“) für sie zum Anlass werden, sich auf ihre geistlichen Fundamente zu besinnen und wirklich ihr Vertrauen miteinander auf Gott zu setzen. Die dritte Ursache für Trostlosigkeit liegt darin, dass ein Mensch davor bewahrt werden soll, in geistlichen Hochmut zu geraten, d. h. die geistliche Tröstung seinem eigenen Bemühen zuzuschreiben. Auch in einer Gruppe ist dies nicht selten anzutreffen, dass sie sich auf den guten alten Zeiten ausruht, dass sie stolz wird auf das, was sie erreicht hat, oder dass sie in einem gewissen Dünkel auf andere kirchliche Gemeinschaften oder Bewegungen herabschaut. Insofern kann eine Zeit der Trostlosigkeit für eine Gruppe zu einer wichtigen Phase der Klärung und Reinigung werden, um eine rechte Einstellung im Glauben (*recta intentio*) wiederzufinden.

## Das Verhalten bei Tröstung und bei Trostlosigkeit

„Zur Zeit der Trostlosigkeit niemals eine Änderung machen, sondern fest und beständig in den Vorsätzen und dem Entschluss stehen, in denen man an dem solcher Trostlosigkeit vorangehenden Tag stand, oder in dem Entschluss, in dem man in der vorangehenden Tröstung stand“ (GÜ 318,1). Dies ist eine der wichtigsten Verhaltensregeln bei verschiedenen Bewegungen der Geister. In Zeiten starker Enttäuschung, Nieder geschlagenheit oder Frustration soll man keine neuen Entscheidungen treffen. Dies gilt in besonderer Weise auch für Gruppen. Nicht selten kann man erleben, dass in Gruppen in Zeiten der Unruhe oder Verwirrung rasch neue Vorschläge kommen, was geändert werden sollte, um die Lage zu verbessern. Solche Vorschläge können die Personen der Gruppe betreffen, z. B. dass bestimmte Aufgaben oder Ämter in der Gruppe neu zu besetzen seien, sie können aber auch die Pläne, Verabredungen und Normen der Gruppe betreffen („Vorsätze“). Doch solche eiligen Änderungen verschlimmbessern meist die Lage, da – wie Ignatius sagt – bei Trostlosigkeit der böse Geist führt und berät, mit dessen Ratschlägen wir den Weg nicht einschlagen können, um das Rechte zu treffen (GÜ 318,2). Die sechste Regel (GÜ 319) hebt hervor, dass jemand – wenn er auch die Vorsätze nicht ändern soll – sich doch gegen die Trostlosigkeit selbst richten soll durch intensiveres Gebet, Besinnung, Gewissensforschung und eine angemessene Buße. Trostlosigkeit ist also nicht ein Vorkommnis, das jemand einfach über sich ergehen lassen soll und gegen das er gar nichts tun kann. Vielmehr ist sie eine Herausforderung, noch intensiver nach der Verbundenheit mit Gott zu suchen und sich darum zu mühen. Gerät eine Gruppe in eine „trotlose“ Phase, so kann sie auch als Gemeinschaft ebenso zu den genannten Mitteln greifen. Sie kann auch als Gruppe größeren Nachdruck auf das Gebet legen, sei es in Gemeinschaft, sei es, indem die einzelnen persönlich um die Überwindung einer Gruppenkrise beten. Ein gutes Beispiel dafür finden wir in der „Beratung der ersten Gefährten“, die bei ihren Überlegungen zur Gründung der Gesellschaft Jesu bei ihrer zweiten Entscheidungsfrage in eine Sackgasse geraten waren,<sup>244</sup> so beschlossen sie, noch mehr Zeit für Gebet, Opfer und Besinnung vorzusehen,

um zu einer guten Lösung zu finden. Auch „Besinnung und Gewissensforschung“ sind wichtige Instrumente in der Dynamik einer Gruppe. Es dürfte damit das gesamte Instrumentar gemeint sein, das dazu helfen kann, die aktuelle Situation der Gruppe besser wahrzunehmen und zu verstehen. In jedem Handbuch der Gruppendynamik oder Gruppenleitung finden sich zahlreiche solcher Instrumentarien wie „Blitzlicht“, „Feedbackrunden“, „Revision“, „Auswertungen“ etc.<sup>245</sup> Und schließlich kann für eine Gruppe in einer trostlosen Phase auch eine angemessene „Buße“<sup>246</sup> hilfreich sein, d. h. eine freiwillige Auferlegung von Selbstbeschränkungen, um ehrlicher miteinander zu werden und wieder eine klarere Ausrichtung zu finden. So hat sich etwa Mahatma Gandhi in seinem gewaltlosen Kampf in kritischen Situationen mit seinen Mitarbeiter/innen immer wieder in die Stille zurückgezogen und ein strenges Fasten praktiziert, um die reine Ausrichtung des Satyagraha (Macht der Wahrheit = gewaltloser Widerstand) wiederzugewinnen.

In der siebten Regel (GÜ 320) weist Ignatius darauf hin, in der Trostlosigkeit sei zu erwägen, dass der Herr einen zur Probe in seinen natürlichen Fähigkeiten gelassen hat, damit er den verschiedenen Bewegungen und Versuchungen des Feindes widerstehe. Hier wird die Zeit der Trostlosigkeit gesehen wie ein Trainingslager. Gott fordert uns heraus, unsere natürlichen Fähigkeiten zu trainieren, um dem Feind widerstehen zu lernen. Trostlosigkeit ist eine Form der Frustration. Wenn man sich ihr überlässt, resigniert man. Wenn man sich – wie in dieser siebten Regel empfohlen – dieser Frustration offensiv stellt, können bisher völlig unentdeckte Energien, Ressourcen und Fähigkeiten zum Vorschein kommen. Manche Menschen haben erst, als sie in eine Not geraten sind, entdeckt, wie viel Kraft und welche Fähigkeiten in ihnen stecken.<sup>247</sup> Ebenso wissen viele Gemeinschaften und Gruppen gar nicht, welche Energien und Fähigkeiten in ihnen stecken. Sie brauchen eine Herausforderung, damit diese zum Vorschein kommen. Dies kann durch „trostlose“ Phasen und Krisen geschehen. Ignatius gebraucht hier den Begriff der „natürlichen Fähigkeiten“. Während die sechste Regel vor allem die übernatürlichen Hilfen ins Spiel brachte, geht es hier um das gewöhnliche Potential, über das ein Mensch verfügt. In der Tradition der Scholastik meint Ignatius damit die drei Seelenkräfte „Gedächtnis, Verstand und

Wille“, die er ja vor allem auch in den Übungen der ersten Exerzitienwoche einsetzt, um Distanz zu gewinnen zu den Versuchungen des Bösen (vgl. GÜ 45–52). Neben diesen menschlichen Anlagen gehören zu den natürlichen Fähigkeiten einer Gruppe alle gruppenspezifischen Kräfte, durch die eine Gruppe vorankommen kann. So wie eine Einzelperson ihre Verstandes- und Willenskräfte gebrauchen soll, um den Versuchungen zu widerstehen, so soll eine Gruppe etwa ihren Zusammenhalt („gemeinsam sind wir stark“) und ihre Flexibilität („wir können auch noch ganz anders“) einsetzen, um eine bedrohliche Krise zu überwinden. Hierher gehört auch die Bemerkung aus GÜ 324,2: „Umgekehrt denke, wer in Trostlosigkeit ist, dass er mit der ausreichenden Gnade viel vermag, um allen seinen Feinden zu widerstehen, indem er Kräfte in seinem Schöpfer und Herrn sammelt.“

Die achte Regel (GÜ 321) ermahnt dazu, bei Trostlosigkeit in Geduld auszuharren und daran zu denken, dass der Trost zurückkehren wird. Dies ist für eine Gruppe sehr wichtig, um nicht in hektische Änderungsvorschläge zu verfallen, auf die in GÜ 318 angespielt wurde. Aushalten und Geduld sind Zeichen von Stärke. Eine Gruppe, die sich entscheidet, schwierige innere oder äußere Belastungen bewusst auszuhalten, begibt sich damit schon wieder auf einen positiven Weg. Wenn etwa eine Gruppe die Trauer und Verwirrung über den unerwarteten Ausstieg eines Mitgliedes aushält, wenn sie den Verlust durchtrauert, dann kann sie sich dadurch bereiten, wieder „getröstet“ zu werden, d. h. wieder Mut und Perspektive zu gewinnen.

Es folgen noch zwei Regeln zum Verhalten bei „Tröstung“. Die erste erinnert den, der in Tröstung ist, daran zu denken, „wie er sich in der Trostlosigkeit verhalten wird, die danach kommen wird, indem er für dann neue Kräfte sammelt“ (GÜ 323). Zeiten des Friedens und der Ruhe machen es möglich, Pläne für Krisenzeiten zu entwerfen. Die Feuerwehr wird ausgebildet in Zeiten, wo es nicht brennt. Jede Gruppe braucht ein Krisenmanagement. Dies sollte überlegt werden zu Zeiten, wo eine gewisse Einmütigkeit und Ruhe in der Gruppe herrscht. Denn jede Gruppe hat ihre spezifischen Versuchungen, und auf diese kann sie sich immer besser einstellen. Wenn etwa für eine Familie die Wochen des Urlaubs immer wieder zu Zeiten massiver Spannungen und Strei-

tigkeiten werden, sollte sie sich in einer Phase relativer Ruhe vor dem nächsten Urlaub überlegen, wie man gemeinsam dieser „Versuchung“ das nächste Mal besser begegnen kann.

Die zweite Regel bei „Tröstung“ (GÜ 324,1): „Wer getröstet ist, bemühe sich, sich zu verdemütigen und zu erniedrigen, sosehr er kann. Er denke, für wie wenig er in der Zeit der Trostlosigkeit ohne diese Gnade oder Tröstung taugt.“ Diese Regel steht im Kontrast zu GÜ 322,4, wo „Hochmut und eitler Ruhm“ als Ursachen für Trostlosigkeit angegeben werden. In der gesamten geistlichen Tradition gilt Demut als das deutlichste Kennzeichen dafür, dass jemand die rechte Beziehung Gott gegenüber gefunden hat. Die positiven Gefühle bei „Tröstung“ können jedoch dazu führen, überheblich zu werden. Darum soll auch ein geistlicher Begleiter jemanden, der getröstet ist und mit großer Begeisterung vorangeht, warnen, keine übereilten Entscheidungen zu treffen (vgl. GÜ 14). Begeisterung verführt zur Selbstüberschätzung. Das ist in einer Gruppe genauso. Der lapidare Satz in einer Gruppe „Leute, jetzt lasst uns mal schön auf dem Teppich bleiben!“ tut genau das, was Ignatius mit dieser Regel möchte. Bekanntlich können sich positive und negative Gefühle, wenn sie in einer Gemeinschaft Ausdruck finden, enorm verstärken. Insofern kann nicht nur in der Trostlosigkeit, sondern auch in der Tröstung eine Versuchung liegen, nämlich die Versuchung, durch „Insider-Effekte“ eine realistische Einschätzung der Situation zu verlieren und „blauäugig“ zu werden. Was heißt es für eine Gruppe, sich zu verdemütigen? Es heißt, die eigenen Stärken und Schwächen, die eigenen Fähigkeiten und Grenzen nüchtern in den Blick zu nehmen. Darum sind auch in Zeiten, wo es der Gruppe gut geht, Auswertungen und Reflexionen über den Gruppenprozess dringend angeraten.

## **Die Strategien des Feindes der menschlichen Natur**

Die Regelgruppe zur Unterscheidung der Geister der ersten Woche schließt mit drei bildhaften Darstellungen der Strategien des Versuchers. Sie zeigen, wie der Feind angreift, zeigen aber auch, wie man sich

dagegen wehren kann. Gerade in ihrem bildhaften Ausdruck sind sie hervorragend übertragbar auf Gruppenprozesse:

*Erste Strategie: Angst machen und den Mut nehmen*

„DIE ZWÖLFTE: Der Feind verhält sich wie eine Frau. Er wird durch Kraft schwach und stark bei Nachgiebigkeit. <sup>2</sup> 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; <sup>3</sup> 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; <sup>4</sup> auf die gleiche Weise ist es dem Feind eigen, schwach zu werden und den Mut zu verlieren, so dass seine Versuchungen fliehen, <sup>5</sup> wenn derjenige, der sich in den geistlichen Dingen übt, gegen die Versuchungen des Feindes die starke Stirn zeigt und *das genaue* Gegenteil tut; <sup>6</sup> und umgekehrt, wenn derjenige, der sich übt, beginnt, Furcht zu haben und im Ertragen der Versuchungen den Mut zu verlieren, <sup>7</sup> gibt es auf dem Angesicht der Erde keine so wilde Bestie wie den Feind der menschlichen Natur bei der Verfolgung seiner verworfenen Absicht mit so gesteigerter Bosheit“ (GÜ 325).

Diese Regel benutzt auf der Bildebene die Charaktere der Geschlechter, wie sie zu Ignatius Zeit wohl gesehen wurden. Die Regel wird oft als sexistischer Affront gegen Frauen missverstanden, was jedoch nicht in ihrer Intention liegt. Ignatius will die Strategie des Feindes zeigen, sich aufzublähen und groß zu machen, so dass der Mensch in seinen guten Absichten (guter Geist) sich einschüchtern lässt, Angst bekommt und den Mut verliert. Die Regel macht auf Gefühlsreaktionen von Schwäche, Hilflosigkeit und Mutlosigkeit aufmerksam, die leicht zu der Einstellung führen können, es sei doch alles zwecklos und lohne sich gar nicht, etwas ändern zu wollen. So beschreibt die Regel die Resignation vor der Macht eines scheinbar Stärkeren. Die Gegenstrategie besteht schlichtweg darin, sich nicht einschüchtern zu lassen und die starke Stirn zu zeigen. In Gruppenprozessen tritt diese Dynamik auf, wenn das Klima deutlich von Ängsten, Beklemmung oder Einschüchterung geprägt ist. Dies kann geschehen durch einen inneren oder einen äußeren Feind. Der

„innere Feind“ ist am Werk, wenn bestimmte Interessen oder Meinungen so übermächtig sind oder bestimmte Personen so dominant, dass sich keiner mehr so recht traut, diese infrage zu stellen. Das heißt, das Machtgefüge in der Gruppe ist in gefährliche Schräglage geraten. Dies kann zu Lähmung und Resignation in der Gruppe führen, letztlich auch zur Auflösung der Gruppe. Die Gegenstrategie, sich nämlich dagegen aufzulehnen und dominante Positionen infrage zu stellen, braucht viel Mut oder Zivilcourage. Doch dann können vorherige Machtsysteme wie ein Kartenhaus zusammenfallen. Der „äußere Feind“ bedroht eine Gruppe, wenn sie vor einer Herausforderung von außen, durch die sie sich verunsichert fühlt, resignieren möchte. Dies wäre etwa der Fall, wenn die Entscheidung einer Gruppe nach außen hin voraussichtlich auf viel Ablehnung und Kritik stoßen würde und sich deshalb die Gruppe nicht mehr traut, diese Entscheidung zu treffen, obwohl sie sie für richtig hält.

*Zweite Strategie: Der Feind will verborgen bleiben*

„DIE DREIZEHNTE: Ebenso verhält er sich wie ein falscher Liebhaber. Er will verborgen sein und nicht entdeckt werden.<sup>2</sup> 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,<sup>3</sup> 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;<sup>4</sup> auf die gleiche Weise will und wünscht der Feind der menschlichen Natur, wenn er der gerechten Seele seine Listen und Überredungskünste zuwendet, dass sie im Geheimen aufgenommen und festgehalten werden.<sup>5</sup> Doch wenn sie sie ihrem guten Beichtvater entdeckt oder einer anderen geistlichen Person, die seine Täuschungen und Bosheiten kennt, so grämt ihn das sehr.<sup>6</sup> Denn er erfasst, dass er mit seiner begonnenen Bosheit nicht zu Ende kommen kann, weil seine offenbaren Täuschungen aufgedeckt worden sind“ (GÜ 326).

Auch diese Regel benutzt auf der Bildebene die Geschlechterbeziehungen. Diesmal jedoch geht es um Überredungskünste und Listen, die geheim bleiben sollen; d. h., bestimmte Interessen, Motive und Absichten, die jemand hat, werden nicht offen angeschaut und ausgesprochen und entziehen sich so einer kritischen Unterscheidung. Durch die Vermeidung kritischer Überprüfung können solche verborgenen Motive letztlich sehr machtvoll werden. Als Zuhörer, als geistlicher Begleiter oder Vorgesetzter bleibt einem der Eindruck, keinen klaren Wein eingeschickt zu bekommen. Die Gegenstrategie, das Aufdecken der verborgenen Absichten, kann sehr peinlich und schmerzlich sein („grämt ihn das sehr“) – so wie in den meisten Therapieformen. Aber nur so geschieht Heilung.

In Gruppen tritt diese Strategie des Feindes auf, wenn Tabus in der Gruppe sorgsam gehütet werden und sich dadurch so etwas wie eine „Gruppenlüge“ entwickelt. Dies ist in zwei Varianten möglich. Einerseits kann es sein, dass bestimmte Vorgänge, Interessen, Anliegen oder Motive innerhalb der Gruppe nicht angesprochen werden dürfen. Oder es kommt vor, dass die Gruppe interne Vorgänge nach außen absolut geheim hält, um sich jedem kritischen Einfluss zu entziehen (vgl. Arkandisziplin bei Sekten). Diese Strategie kann sich auch so äußern, dass einem Gruppenbegleiter oder Supervisor gar nicht die echten Probleme auf den Tisch gelegt werden. Das Aufdecken ist gewöhnlich sehr angstbesetzt, verstärkt zunächst die Spannungen in der Gruppe. Aber nur so kann wieder ein gesunder Gruppenprozess in Gang kommen.

### *Dritte Strategie: Am schwächsten Punkt angreifen*

„DIE VIERZEHNTE: Ebenso verhält er sich wie ein Anführer, um zu siegen und zu rauben, was er wünscht.<sup>2</sup> Denn wie ein Hauptmann oder Anführer des Feldlagers in Stellung geht und die Kräfte oder die Verfassung einer Burg anschaut und sie auf der schwächsten Seite angreift,<sup>3</sup> so zieht auf die gleiche Weise der Feind der menschlichen Natur umher und schaut ringsum alle unsere theologischen, kardinalen und sittlichen Tugenden an.<sup>4</sup> Und wo er uns am schwächsten und am meisten

in Not für unser ewiges Heil findet, dort greift er uns an und bemüht sich, uns zu nehmen“ (GÜ 327).

Diese Regel handelt von den individuellen Schwachstellen, von den sehr persönlichen Versuchlichkeiten, die andere oft besser kennen als man selbst (vgl. das Lindenblatt des Siegfried oder die Achillesferse). Es wird keine eigentliche Gegenstrategie genannt. Diese besteht nach den herkömmlichen Regeln der Askese darin, um die eigenen Versuchlichkeiten zu wissen und der nächsten Gelegenheit vorzubeugen, wo sie zur Gefahr werden könnte.

Hier handelt es sich um die Fettnäpfchen, Stolpersteine und Fallen einer Gruppe, die einen guten Prozess immer wieder gefährden. Dies können Schwachstellen eines einzelnen Mitglieds sein oder bestimmte „Reizthemen“ oder für die Gruppe typische Kommunikationsstörungen. Das Einfallstor des Feindes kann aber auch in Systemmängeln der Gruppe liegen, z. B. in mangelhaften Absprachen und nicht sauber geklärten Rollen und Zuständigkeiten.

Die Aufmerksamkeit für geistliche Bewegungen dieser Art – sowohl bei den Gruppenmitgliedern als auch bei den Leitern – bietet die empirische Grundlage und die Elemente für das, was man schließlich den geistlichen Prozess einer Gruppe nennen kann.