

Regeln zur Unterscheidung der Geister für die erste Woche der Exerzitien

Ignatius von Loyola, Geistlichen Übungen Nr. 313 – 327

Franz Meures SJ

<p>Definition der Unterscheidung der Geister und Verortung der Regelgruppe</p> <p>EB 314 – 315 Die Grundausrichtung des Menschen und die daraus folgenden Regungen <i>EB 314 Menschen, die sich von Gott abgewandt leben</i> <i>EB 315 Menschen, die Gott suchen und ihr Leben ordnen wollen</i></p> <p>EB 316 – 317 Definitionen von geistlichem Trost und geistlicher Trostlosigkeit</p> <p><i>EB 316</i> <i>Geistlicher Trost</i></p> <p><i>EB 317</i> <i>Geistliche Trostlosigkeit</i></p> <p><i>EB 317,4</i> <i>Gedanken aus Trost bzw. aus Trostlosigkeit</i></p>	<p>313 Regeln, um einigermaßen die verschiedenen Regungen zu verspüren und zu erkennen, die in der Seele verursacht werden, die guten, um sie anzunehmen, und die bösen, um sie abzuweisen. Und sie entsprechen mehr der ersten Woche.</p> <p>314 DIE ERSTE REGEL: Bei denjenigen, die von Todsünde zu Todsünde gehen, ist der Feind gemeinhin gewohnt, ihnen scheinbare Annehmlichkeiten vorzulegen, und lässt sie sich sinnliche Vergnügen und Annehmlichkeiten vorstellen,² um sie mehr in ihren Lastern und Sünden zu erhalten und zu mehren.³ Und bei diesen Personen wendet der gute Geist die entgegengesetzte Weise an, indem er ihnen durch die Urteilskraft der Vernunft die Gewissen sticht und beißt.</p> <p>315 DIE ZWEITE: Bei denjenigen, die intensiv dabei sind, sich von ihren Sünden zu reinigen und im Dienst Gottes unseres Herrn vom Guten zum Besseren aufzusteigen, ist es die umgekehrte Weise wie in der ersten Regel.² Denn dann ist es dem bösen Geist eigen, zu beißen, traurig zu machen und Hindernisse aufzustellen, indem er mit falschen Gründen beunruhigt, damit man nicht weitergehe.³ Und es ist dem guten Geist eigen, Mut und Kräfte, Tröstungen, Tränen, Eingebungen und Ruhe zu schenken, indem er erleichtert und alle Hindernisse entfernt, damit man in guten Werken weiter vorangehe.</p> <p>316 DIE DRITTE: 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;² und <i>weiterhin</i>, wann sie kein geschaffenes Ding auf dem Angesicht der Erde in sich lieben kann, sondern nur im Schöpfer von ihnen allen.³ 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.⁴ Überhaupt nenne ich »Tröstung« alle Zunahme an Hoffnung, Glaube und Liebe und alle innere Freudigkeit, 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.</p> <p>317 DIE VIERTE: Von geistlicher Trostlosigkeit. Ich nenne »Trostlosigkeit« das ganze Gegenteil der dritten Regel,² wie Dunkelheit der Seele, Verwirrung in ihr, Regung zu den niederen und irdischen Dingen, Unruhe von verschiedenen Bewegungen und Versuchungen,³ 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. ⁴ Denn wie die Tröstung der Trostlosigkeit entgegengesetzt ist, so sind</p>
--	---

<p>EB 318 – 322 Verhaltensregeln und Erläuterungen für die Zeit der Trostlosigkeit <i>EB 318 In der Trostlosigkeit keine Entscheidungen treffen</i></p> <p><i>EB 319 Maßnahmen gegen die Trostlosigkeit ergreifen</i></p> <p><i>EB 320 Trostlosigkeit als Zeit der Erprobung</i></p> <p><i>EB 321 In der Trostlosigkeit in Geduld ausharren und auf Trost hoffen</i></p> <p><i>EB 322 Die drei Ursachen, warum wir uns trostlos finden</i></p> <p><i>1. Nachlässigkeit in den geistlichen Übungen</i></p> <p><i>2. Erprobung der Beständigkeit auch ohne Trosterfahrungen</i></p> <p><i>3. Tieferes Verständnis wecken, dass der Trost allein von Gott stammt, um geistlichen Hochmut zu vermeiden</i></p> <p>EB 323 – 324 Verhaltensregeln für die Zeit der Tröstung <i>EB 323 Bei Trost</i></p>	<p>auf die gleiche Weise die Gedanken, die von der Tröstung ausgehen, den Gedanken entgegengesetzt, die von der Trostlosigkeit ausgehen.</p> <p>318 DIE FÜNFTTE: 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. ² Denn wie uns in der Tröstung mehr der gute Geist führt und berät, so in der Trostlosigkeit der böse, mit dessen Ratschlägen wir nicht den Weg einschlagen können, um das Rechte zu treffen.</p> <p>319 DIE SECHSTE: Wiewohl wir in der Trostlosigkeit nicht die ursprünglichen Vorsätze ändern dürfen, ist es doch sehr von Nutzen, sich intensiv gegen die Trostlosigkeit selbst zu ändern, ² wie es geschieht, indem wir mehr Nachdruck auf das Gebet, die Besinnung, auf vieles Erforschen legen und indem wir uns in irgendeiner angebrachten Weise, Buße zu tun, länger einsetzen.</p> <p>320 DIE SIEBENTE: Wer in Trostlosigkeit ist, erwäge, wie der Herr ihn zur Probe in seinen natürlichen Fähigkeiten gelassen hat, damit er den verschiedenen Bewegungen und Versuchungen des Feindes widerstehe. ² Denn er kann es mit der göttlichen Hilfe, die ihm immer bleibt, auch wenn er sie nicht deutlich verspürt, ³ weil ihm der Herr seine große Begeisterung, gesteigerte Liebe und intensive Gnade entzogen hat, wobei ihm jedoch immer ausreichende Gnade für das ewige Heil bleibt.</p> <p>321 DIE ACHTE: Wer in Trostlosigkeit ist, mühe sich, in der Geduld auszuharren, die den Belästigungen entgegengesetzt ist, die ihm kommen. ² Und er denke, dass er rasch getröstet werden wird, und treffe die Maßnahmen gegen diese Trostlosigkeit, wie es in der sechsten Regel gesagt worden ist.</p> <p>322 DIE NEUNTE: Drei Hauptgründe sind es, warum wir uns trostlos finden: Der erste ist: Weil wir lau, träge oder nachlässig in unseren geistlichen Übungen sind; und so entfernt sich wegen unserer Fehler die geistliche Tröstung von uns. ² Der zweite: Um uns zu prüfen, für wieviel wir taugen und wie weit wir uns in seinem Dienst und Lobpreis ohne solchen Sold an Tröstungen und gesteigerten Gnaden länger einsetzen. ³ Der dritte: Um uns wahre Kenntnis und Einsicht zu geben, damit wir innerlich verspüren, dass es nicht bei uns liegt, gesteigerte Andacht, intensive Liebe, Tränen oder irgendeine andere geistliche Tröstung herbeizubringen oder zu haben, sondern dass alles Gabe und Gnade Gottes unseres Herrn ist; ⁴ und damit wir uns nicht in fremder Sache einnisten, indem wir unseren Verstand zu irgendeinem Hochmut oder eitlen Ruhm erheben und die Andacht oder die anderen Eigenschaften der geistlichen Tröstung uns zuschreiben.</p> <p>323 DIE ZEHNTE: Wer in Tröstung ist, denke, wie er sich in der Trostlo-</p>
---	--

<p><i>Kräfte sammeln für die Zeit der Trostlosigkeit</i> <i>EB 324 Bei Trost sich verdemütigen und Gott Dank sagen</i></p>	<p>sigkeit verhalten wird, die danach kommen wird, indem er für dann neue Kräfte sammelt.</p>
<p>EB 325 - 327 Die drei Strategien des Feindes der menschlichen Natur</p>	<p>324 DIE ELFTE: Wer getröstet ist, bemühe sich, sich zu verdemütigen und zu erniedrigen, so sehr er kann. Er denke, für wie wenig er in der Zeit der Trostlosigkeit ohne diese Gnade oder Tröstung taugt.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.</p>
<p><i>EB 325 Den Menschen dazu führen, dass er den Mut verliert</i></p>	<p>325 DIE ZWÖLFTE: Der Feind verhält sich wie eine Frau. Er wird durch Kraft schwach – und stark bei Nachgiebigkeit.² 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;³ 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;⁴ auf die gleiche Weise ist es dem Feind eigen, schwach zu werden und den Mut zu verlieren, so dass seine Versuchungen fliehen,⁵ wenn derjenige, der sich in den geistlichen Dingen übt, gegen die Versuchungen des Feindes die starke Stirn zeigt und <i>das genaue</i> Gegenteil tut;⁶ und umgekehrt, wenn derjenige, der sich übt, beginnt, Furcht zu haben und im Ertragen der Versuchungen den Mut zu verlieren,⁷ 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.</p>
<p><i>EB 326 Die Einflüsse des Feindes sollen verborgen bleiben</i></p>	<p>326 DIE DREIZEHENTE: Ebenso verhält er sich wie ein falscher Liebhaber. Er will verborgen sein und nicht entdeckt werden.² 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,³ 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;⁴ 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.⁵ Doch wenn sie sie ihrem guten Beichtvater entdeckt oder einer anderen geistlichen Person, die seine Täuschungen und Bosheiten kennt, so grämt ihn das sehr.</p>
<p><i>EB 327 Der Feind greift an der schwächsten Stelle an</i></p>	<p>⁶ Denn er erfasst, dass er mit seiner begonnenen Bosheit nicht zu Ende kommen kann, weil seine offenbaren Täuschungen aufgedeckt worden sind.</p>
	<p>327 DIE VIERZEHENTE: Ebenso verhält er sich wie ein Anführer, um zu siegen und zu rauben, was er wünscht.² 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,³ so zieht auf die gleiche Weise der Feind der menschlichen Natur umher und schaut ringsum alle unsere theologischen, kardinalen und sittlichen Tugenden an.⁴ Und wo er uns am schwächsten und am meisten in Not</p>

	für unser ewiges Heil findet, dort greift er uns an und bemüht sich, uns zu nehmen.
--	---