

Gottes Freude ist der lebendige Mensch Über die Praxis der *Geistlichen Begleitung**

* Teile dieses Artikels wurden bereits im Buch „*Fit für die Welt!? Beiträge zu einer friedenskirchlichen Theologie und Gemeindepraxis*“ von Lukas Amstutz und Hanspeter Jecker (Hg.) veröffentlicht.

Manchmal, mittendrin im Alltagsgewusel, staune ich über meine Töchter. Gestern zeigte mir meine Ältere einen „Hasen“, den sie aus einer Papiertüte gebastelt hat. Mit Kreidestiften hat sie Gesichtszüge und Arme und Kleidung aufgemalt. Oft schafft sie es, mit ein paar Linien ein schönes, ausdrucksstarkes Gesicht zu zeichnen. Das müsste ich selbst erst noch üben.

Ich freue mich, dass meine Töchter ihre Gaben entdecken und über jeden Schritt in ihrer Entwicklung. Ich wünsche mir von Herzen, dass sich ihre unterschiedlichen Persönlichkeiten entfalten. Ich bete, dass Gottes Gnade mit ihnen sei und durch sie andere Menschen berührt. Wenn schon ich so empfinde, wie viel mehr unser Vater im Himmel über jedes seiner Kinder?

Gottes Freude ist der lebendige Mensch (nach Irenäus von Lyon).

In diesem Artikel beschreibe ich, was Geistliche Begleitung (GB) ist, wo diese Form von Seelsorge herkommt, was sie ausmacht und wie sie zur Entfaltung und Heilung unserer Persönlichkeit beiträgt.

Was ist Geistliche Begleitung?

Nach dem 2. Vatikanischen Konzil haben sich katholische Orden, wie z.B. die Jesuiten, ihren geistlichen Wurzeln zugewandt und eine Erneuerung erlebt, die sich bis heute auch in andere Kirchen auswirkt. Das Buch *Exerzizien* (Geistliche Übungen) des Ignatius von Loyola, wurde neu bewegt, die Praxis wiederbelebt und für Menschen der heutigen Zeit übertragen. Seither erfahren viele Menschen in stillen Tagen, verschiedenen Exerzizienformen und kontemplativen Gebetsarten geistliche Erneuerung. Dabei sind es oft geistliche Begleiterinnen und Begleiter, die den Betern beistehen und helfen, für ihre Gebetserfahrungen eine Sprache zu finden und sie als Beziehungsgeschehen mit Gott zu erschließen.

Zwei Definitionen

„Geistliche Begleitung ist Hilfe, die ein Christ einer/m anderen gibt, welche die suchende Person befähigt auf Gottes persönliche Kommunikation zu ihr/ihm zu achten, und diesem persönlichen, kommunizierenden Gott zu antworten, in der Intimität mit diesem Gott zu wachsen, und die Konsequenzen dieser Beziehung auszuleben.“ (Übersetzung aus William Barry SJ, William Connolly SJ: *The Practice of Spiritual Direction*. New York, NY: HarperCollins Publishers.)

„Geistliche Begleitung ist eine Form begleitender Einzelseelsorge, deren Fokus auf der Gottesbegegnung und –beziehung liegt. Sie ist nicht in erster Linie problemzentriert. Sie geschieht in kontemplativer Grundhaltung, aber keineswegs passiv. Sie ist ein Akt höchster Präsenz, Aufmerksamkeit und Wachheit, die am besten als eine betend hörende Haltung beschrieben werden kann.“ (Nach Sabine Bobert über Hansjörg Schemanns Buch: *Stille und Gebet*, in GUL 3/2015.)

Ich selbst erlebte GB zum ersten Mal in einer Zeit des Umbruchs. Gewohnte Formen von Gebet (wie z.B. Lobpreis und „Stille Zeit“) wurden mir trocken. Ich sehnte mich zunehmend nach „weniger Worte“, weniger Tun und mehr Sein. In diversen Einkehrzeiten der evangelischen Christusbruderschaft Selbitz (die unter anderem auch von ignatianischer Spiritualität der Exerzizien geprägt ist) hatte ich tägliche Begleitgespräche durch erfahrene Brüder und Schwestern.

Was macht Geistliche Begleitung aus? Ich beschreibe fünf Aspekte, die mir wesentlich erscheinen.

- GB geschieht idealerweise in einer kontemplativ-evokativen Haltung. Das heißt, die begleitende Person ist geübt, wach und präsent da zu sein. In einer hörenden Haltung – ganz beim Gegenüber und gleichzeitig in einer guten Verbindung zur eigenen Seele – stellt sie Fragen, die im Suchenden Bewusstsein wecken. In Begleitgesprächen geschieht ein Bewusstwerden für die feinen und heilsamen

Bewegungen des Heiligen Geistes im Vielerlei der Gedanken und Stimmungen. Deshalb ist in den Gesprächen auch Zeit für Stille um wahrzunehmen, was ist. Einmal ging ich von einem Begleitgespräch mit nur einer Frage nachhause, die genau ins Schwarze traf. Ich hatte noch keine Antwort, aber die Frage erklärte mir, was Gott in den nächsten Monaten in mir tat.

- GB geschieht in Anlehnung an die klientenzentrierte Gesprächsführung nach Rogers. Empathie und Akzeptanz sind innere Grundhaltungen, die dem Gegenüber Raum geben hinzusehen. Eine Person, von der ich im Gespräch spüre, dass sie mich versteht und nicht verurteilt, ist die Voraussetzung, dass ich mich selbst mehr empfinde und annehmen kann, was ich wahrnehme. Somit kann der geistliche Begleiter etwas von Gottes Wesen, von Gottes bedingungsloser Liebe verkörpern. Ein Begleiter war für mich wie ein gütiger, geistlicher Vater. Ich ging von den Treffen oft so erleichtert nachhause. Mir kam von ihm mehr Verständnis und Annahme entgegen, als ich damals selbst für mich hatte.
- In GB kann es darum gehen, einen Gebetsweg zu gehen, evtl. neue Formen des Gebets auszuprobieren, und durch die regelmäßigen Gespräche die Möglichkeit (und den positiven Druck) zu haben, die geistlichen Erfahrungen zu reflektieren und in Worte zu fassen. Eine Stärke von GB sehe ich darin, dass sie hilft, Spiritualität in ihren unterschiedlichsten Ausformungen wahrzunehmen und zu vertiefen. In GB geht es nicht darum, alle Menschen in dieselbe Richtung zu bewegen, z.B. dass alle kontemplatives Gebet lernen sollen, sondern wahrzunehmen, wo Gott mich höchst individuell einlädt, in mehr Lebendigkeit, in mehr Liebe, Freude, Friede und Freiheit.
- GB kann als Mystagogie verstanden werden, als eine Hinführung in das Geheimnis unserer Verbindung mit Gott. GB hilft die eigene Spiritualität, das eigene geistliche Erleben als Beziehungsgeschehen mit Gott zu verstehen. In der GB geht es also weniger um die Vermittlung von Theologie und Lehre, sondern mehr um die Phänomenologie des Glaubens (wobei Erfahrung selbstverständlich gute Theologie braucht um Bedeutung zu erlangen und ins Leben integriert werden zu können). GB hilft dem Suchenden auf Mystik im Alltag zu achten. Gute geistliche Übungen haben letztendlich die Auswirkung, Gottes Führung, mittendrin im Gewöhnlichen des Alltags, besser wahrzunehmen. Exerzitien haben das Ziel, dass der Mensch frei und beweglich wird um Jesus nachzufolgen. In diesem Sinn fördert GB missionales Bewusstsein, und dass wir unseren Platz in Gottes Projekt einnehmen.
- Oft geht es in GB direkt oder indirekt um Gottesbilder. Diese sind oft von Kindheit an durch Autoritätspersonen positiv oder negativ geprägt. Der/die Begleiter/in wird in seiner/ihrer Rolle auch als Autoritätsperson wahrgenommen und korrigiert durch sein/ihr Wesen und durch Gottes Gnade lebenshemmende Gottesbilder der suchenden Person. In geistlichen Erfahrungen, wozu auch die Erfahrung von „Dürre“ – der empfundenen Abwesenheit Gottes über einen längeren Zeitraum – dazugehört, weitet oder bricht Gott eng gewordene Bilder von Gott auf und wirkt oft eine tiefgehende Verwandlung unserer Gottesbeziehung. Auch die Bearbeitung von Lebenswunden hat in Begleitgesprächen Raum und wird, je nach Erfahrung des Begleiters, z.B. in Formen der Gebetsseelsorge, Salbung, Heilung der Erinnerungen, Imagination, Beichte, Befreiungsgebet, o.a. aufgegriffen.

GB schöpft aus der Weisheit monastischer Spiritualität. Diese Weisheit kann uns sehr bereichern. Ich denke, es ist vor allem ihre Achtsamkeit für Gottes liebevolle Nähe im gegenwärtigen Moment. Gottes Immanenz in allen Dingen, inklusive des eigenen Körpers, wird ernster genommen. Im langen, liebevollen Blick auf die Realität (auf das Gewöhnliche, das Schöne, aber auch auf das, was irritiert, schmerzt oder Angst macht) können wir erkennen, was uns von Gott her zukommt.

Ein Beispiel

Eine Frau berichtet mir, dass ihr Gemeindedienst nach jahrelanger Mitarbeit in der Gottesdienstgestaltung und leitender Mitarbeit im Kindergottesdienstteam – neben Beruf und Familie, versteht sich – so trocken geworden ist. Sie war müde. In einer Serie von Gesprächen bekommt diese Frau neuen Kontakt zu einer in ihr schlummernden Sehnsucht nach Leben. Sie hört für eine Zeit auf in

der Gemeinde mitzuarbeiten – was ihr nicht leichtfällt und mit Schuldgefühlen begleitet ist. Sie lernt ein Musikinstrument und schließt sich schon nach kurzer Zeit einer Musikgruppe an, in der sie neue Menschen kennenlernt und viel Freude hat. „*Ganz natürlich*“ wächst sie so in Beziehungen und lebt darin das Evangelium. In diesem Prozess hat sich auch ihr Bild von Gott geweitet.

Zusammenfassung

GB ist ein Dienst in der Kirche. Es ist ein Raum zum Hinsehen und Hinhören auf Gottes feines Wirken – zur Heilung und Entfaltung unseres Lebens.

Jesus spricht: „*Ich bin gekommen, damit sie Leben haben und es in Überfluss haben.*“ (Joh 10,10)

Und wie wir Gott kennen: Er entfaltet uns wie Blüten, jede einzigartig und wenn die Zeit reif ist.

Das macht Gott Freude.

Andreas Rosenwink, geb. 1971, M.A. Christliche Spiritualität, Geistlicher Begleiter, MG Bammental