

HILFE, WAS SOLL ICH TUN?

SICH ENTSCHEIDEN IM EINKLANG MIT DEM WILLEN GOTTES AUF DEM HINTERGRUND DER IGNATIANISCHEN SPIRITUALITÄT¹

0. Zwischen Sehnsucht nach Freiheit und Leiden unter Orientierungslosigkeit

Hilfe, was soll ich tun? – Ein Stoßseufzer steht als Überschrift über diesem Vortrag. In aller Regel lieben wir Menschen unsere Freiheit. Sie ist ein sehr hohes Gut. Und so können wir dankbar sein, dass wir – manchen Einschränkungen zum Trotz – in einer der freiesten Gesellschaften dieser Welt leben. Als mündige Bürgerinnen und Bürger können wir unser Leben weitgehend eigenverantwortlich gestalten. Das ist ein Segen. Aber es kann auch zum Fluch werden. Vom französischen Philosophen Jean Paul Sartre (1905 – 1980) stammt das bekannte Zitat, dass der Mensch zur Freiheit verurteilt oder gar – je nach Übersetzung – verdammt sei. Bildhaft ausgedrückt wird das Dilemma in der Fabel vom Esel, der zwischen zwei Heuhaufen stehend verhungert, weil er sich nicht entscheiden kann, von welchem er fressen soll.

Wenn es auch nicht gleich ums Überleben gehen muss: Der Wegfall oder zumindest die Relativierung allgemein gültiger Werte und Normen macht das Leben nicht nur freier, sondern wesentlich anstrengender. Die meisten der Älteren unter uns sind wohl noch recht autoritär erzogen aufgewachsen. Dann kam in der Folge der „1968er Revolution“ die Zeit der antiautoritären Erziehung bis hin zum „laissez faire“. Aus dieser Zeit stammt die schon sprichwörtliche Frage eines Kindes im Kindergarten: „Müssen wir heute wieder spielen, was wir wollen?“

Auch in der Seelsorge hat sich viel verändert. An die Stelle der „Seelenführung“ trat die „Geistliche Begleitung“. Statt klarer Direktiven gab es von nun an auch hier die nondirektive Gesprächsführung.

Ich selbst habe diese Entwicklungen durchaus positiv erlebt und mitgetragen. Sie bestimmen bis heute mein Selbstverständnis als Seelsorger und Begleiter. Aber gerade in vielen geistlichen Gesprächen erlebe ich auch die Not der Menschen, die unter Orientierungslosigkeit leiden. Sie sind mit den unzähligen Entscheidungen, die sie immer wieder treffen müssen, schlichtweg überfordert.

Ich sehe in dieser Überforderung eine wesentliche Ursache dafür, dass weltweit – und leider auch bei uns – gerade in demokratischen Staaten, Parteien verstärkt Zuspruch erhalten, die bisher selbstverständliche Freiheiten einschränken wollen.

Hier entsteht auch eine Spannung: Viele Menschen wollen es richtig machen, wissen aber nicht, wer oder was ihnen dabei helfen kann. Sie wünschen sich einerseits klare Vorgaben und Richtlinien – scheuen dann aber auch wieder davor zurück, wenn sie sich dadurch eingeengt oder manipuliert fühlen.

Die biblische und damit geistliche Antwort auf dieses Dilemma lautet:
Frage bei allem, was du tust oder lässt, nach dem Willen Gottes.

1. Die Antwort der Bibel:

Entscheiden und handeln im Einklang mit dem Willen Gottes

Schon der Psalmist betet: *„Deinen Willen zu tun, mein Gott, macht mir Freude, deine Weisung trag ich im Herzen.“* (Ps 40,9)

¹ Dieser Vortrag von Pfr. W. Mückstein wurde gehalten im Rahmen des Katholikentages 2014 in Regensburg und für diese Internetseite leicht überarbeitet im September 2025

Und Jesus sagt von sich selbst: „*Ich lebe von einer Speise, die ihr nicht kennt. ... Meine Speise ist es, den Willen dessen zu tun, der mich gesandt hat.*“ (Vgl. Joh 4,32;34)

Das wird wenig später noch einmal bekräftigt, wenn Jesus zu den Menschen sagt: „*Denn ich bin nicht vom Himmel herabgekommen, um meinen Willen zu tun, sondern den Willen dessen, der mich gesandt hat.*“ (Joh 6,38) Was aber will Gott hier von seinem Gesandten? Der gibt selbst gleich die Antwort: „*Es ist aber der Wille dessen, der mich gesandt hat, dass ich keinen von denen, die er mir gegeben hat, zugrunde gehen lasse, sondern dass ich sie auf-erwecke am Letzten Tag.*“ (Joh 6,39) Dabei ist nicht nur das Leben nach dem Tod im Blick. „*Ich bin gekommen, damit sie das Leben haben und es in Fülle haben.*“ (Joh 10,10) Und zwar hier und jetzt!

Gottes Heilswillen für uns Menschen ist das Lebensprogramm Jesu, dem er treu bleibt bis zum Tod. Und so betet er in äußerster Todesangst am Ölberg: „*Vater, wenn du willst, nimm diesen Kelch von mir! Aber nicht mein, sondern dein Wille soll geschehen.*“ (Lk 22,42)

Auf diesem Hintergrund ist es geradezu selbstverständlich, dass Jesus sich besonders denen verbunden fühlt, die wie er nach Gottes Willen fragen: „*Wer den Willen Gottes erfüllt, der ist für mich Bruder und Schwester und Mutter.*“ (Mk 3,35)

2. Den Willen Gottes erfüllen: Widerstände und Vorbehalte

*„Was Gott tut, das ist wohlgetan, / es bleibt gerecht sein Wille;
wie er fängt seine Sachen an, / will ich ihm halten stille.
Er ist mein Gott, der in der Not / mich wohl weiß zu erhalten;
drum lass ich ihn nur walten.“*

Ein altvertrautes Kirchenlied, das sich auch im GOTTESLOB wiederfindet². Sie haben es sicher schon unzählige Male gesungen. Wie ging und geht es Ihnen dabei? Wenn Sie den Text ernst nehmen – können Sie ihm dann vorbehaltlos zustimmen? Oder regen sich – je nach konkreter Lebenssituation – auch Widerstände und Zweifel? Können und wollen Sie sich Gottes Willen ohne Wenn und Aber anvertrauen?

Vielleicht heißt Ihre ehrliche Antwort: Nein, das kann und/oder will ich nicht!

2.1 Meint Gott es wirklich gut mit uns?

Das, was Menschen als Wille Gottes deuten, erscheint oft zu unberechenbar, zu undurchschaubar, zu ungerecht.

Denn der Begriff „Wille Gottes“ ist oft negativ besetzt. Wenn jemand sehr krank wird oder ein schweres Schicksal hat, heißt es oft, man müsse sich dem Willen Gottes fügen. In Todesanzeigen ist gelegentlich zu lesen: „Gott dem Allmächtigen hat es gefallen, unsere geliebte Mutter zu sich zu rufen.“ Kurzum: Wenn uns etwas Schlimmes widerfährt, war das möglicherweise Gottes Wille; und dem müssen wir uns fügen. Manche sagen dann noch: Das ist wohl mein Kreuz; das muss ich jetzt geduldig und bereitwillig tragen.

Daraus erwächst dann leicht die Auffassung: Wo der Wille Gottes geschieht, blüht uns Menschen nichts Gutes. Verständlich, dass das Angst und Abwehr erzeugt.

Die biblische Botschaft aber ist eine ganz andere. Ich habe bereits zitiert, dass Jesus gekommen ist, damit wir das Leben in Fülle haben. Alle seine Zeichen und Wunder weisen nur in diese eine Richtung: Heilung und Befreiung. Jesus kritisiert die Pharisäer, die den Menschen schwere Lasten aufbürden (vgl. Mt 23,4). Seine Einladung heißt: „*Kommt alle zu mir, die ihr mühselig und beladen seid! Ich will euch erquicken. Nehmt mein Joch auf euch und lernt von mir; denn ich bin gütig und von Herzen demütig; und ihr werdet Ruhe finden für eure Seele. Denn mein Joch ist sanft und meine Last ist leicht.*“ (Mt 11,28-30)

Gott will uns also nicht be- sondern entlasten.

² Text: Samuel Rodigast 1674; GOTTESLOB 2013, Nr. 416

Im Vater unser beten wir – vielleicht auch manchmal mit etwas Beklemmung: „*Dein Reich komme; dein Wille geschehe wie im Himmel, so auf Erden*“. Mit „Himmel“ ist hier kein Ort gemeint; das Wort beschreibt in diesem Kontext einen Zustand: „Himmel“ ist da, wo „Gott herrscht über alles und in allem“ (1 Kor 15,28); und da geschieht sein Wille sowieso. Wenn der göttliche Wille auch in dieser Welt uneingeschränkt geschehen würde, dann hätten wir hier „himmlische“ Zustände, sozusagen den „Himmel auf Erden“.

Wo Gottes Wille geschieht, ist sein Reich schon mitten unter uns – in der Bildsprache Jesu ein rauschendes Fest ohne Ende. Was haben wir da zu befürchten?

Der frühere Mainzer Bischof Hermann Kardinal Volk (1903 - 1988) hat es einmal so zusammengefasst:

„Es ist wichtig, dass es zur Freude wird, den Willen Gottes zu erfüllen. Das können wir tun in der Überzeugung, dass wir es mit uns nicht besser meinen können als Gott. Auch wenn uns Gott seinen Heilsplan für uns nicht mitliefert, auch wenn Gott uns nicht erklärt, warum und wozu es uns so ergeht, wie es uns ergeht, können wir doch auf Gott viel mehr vertrauen als auf uns.“³

2.2 Nicht mein, sondern dein Wille geschehe!?

Und noch einen anderen Aspekt möchte ich im Kontext von Widerständen und Vorbehalten erwähnen: Selbstbestimmung oder Autonomie ist ein hoher Wert in großen Teilen unserer Gesellschaft. Wer will schon fremdbestimmt leben? Und dann steht da die Forderung, sich Gott unterzuordnen, sich ihm bedingungslos zu ergeben und gehorsam zu sein, seinen Willen grundsätzlich über das eigene Wollen zu stellen: Nicht mein, sondern dein Wille geschehe. Wozu gibt uns Gott einen freien Willen, wenn wir ihn nur in Übereinstimmung mit seinem alles umfassenden Willen gebrauchen dürfen? Der Vergleich mit weisen Eltern, die ja auch oft besser wissen, was für ihr Kind gut ist und darum Gehorsam verlangen, hilft hier auch nicht wirklich weiter. Einmal ganz abgesehen davon, dass das schon in der Eltern-Kind-Beziehung nicht immer stimmt: Wir sind erwachsene Menschen, die sehr wohl Verantwortung für ihr eigenes Leben übernehmen können und daher keine Bevormundung brauchen – auch nicht von Gott, und schon gar nicht von der Kirche, die für sich in Anspruch nimmt, Gottes Willen immer zu kennen und zu vertreten.

Nach wessen Willen also geht es? Diese Konkurrenzsituation entsteht dort, wo sich mindestens zwei Willensträger gegenüber stehen. Und sie verschärft sich, wenn eine Person der anderen unter- bzw. übergeordnet ist. Also z.B. Kind – Eltern; Schüler/in – Lehrer/in; Mitarbeiter/in – Chef/in; Untertan – Obrigkeit ... Und dann eben auch der kleine Mensch vor dem großen Gott.

Diese Sicht aber wird dem Verhältnis von Gott und Mensch nicht wirklich gerecht. Denn hier stehen sich zwei eigen-mächtige Personen nicht einfach gegenüber. Schon Augustinus (354 - 430) schreibt in seinen „Bekenntnissen“⁴, indem er Gott selbst anspricht: „*Du aber warst mir innerlicher als mein Innerstes ...*“

Auch der heilige Bernhard von Clairvaux (1090 - 1153) betont die Gottesnähe:

„Du musst nicht über die Meere reisen, musst keine Wolken durchstoßen und nicht die Alpen überqueren. Der Weg, der dir gezeigt wird, ist nicht weit, du musst deinem Gott nur bis zu dir selbst entgegen gehen. Denn das Wort ist dir nahe: Es ist in deinem Mund und in deinem Herzen.“

Vertieft wird diese Sicht dann in der Mystik. Exemplarisch möchte ich hier den Dominikaner Meister Eckart (1260 - 1327) zu Wort kommen lassen⁵:

³ Hermann Kardinal Volk, Erneuert euren Geist und Sinn. Exerzitien nach dem Epheserbrief. Freiburg im Brsg. 1988, Seite 150

⁴ Augustinus von Hippo, Bekenntnisse, III, 6, 11

⁵ Quelle für die nachfolgenden Zitate: http://www.apophismen.de/suche?f_autor=2590_Meister+Eckhart

Zunächst sagt er ganz ähnlich wie Augustinus:

„Gott ist mir näher, als ich mir selber bin.

Mein Dasein hängt daran, dass Gott mir nahe und gegenwärtig ist.“

Daraus ergibt sich:

„Man soll Gott nicht außerhalb von einem erfassen und ansehen, sondern als mein Eigen und als das, was in Einem ist.“

„Gott ist drinnen, wir sind draußen.

Gott ist in uns heimisch, wir sind Fremde“

Der Religionspädagoge Hubertus Halbfas hat in seinem Buch „Der Sprung in den Brunnen“ versucht, die Gedanken und Erfahrungen Meister Eckharts in unsere Zeit zu übersetzen. Er schreibt: *„Wer Gott draußen sucht, nimmt „etwas“ für Gott. Allein wer Gott in sich hat, nimmt Gott göttlich, und dem leuchtet er in allen Dingen. Ohne Gott mangelt uns die Übereinstimmung mit uns selbst. Wer aber Gott findet, findet auch sich und mag dann tun, was er will: Es wird ihm alles Gebet sein.“*⁶

Hier hat auch das bekannte Wort von Ignatius von Loyola (1491-1556) seinen Platz: Gott suchen und finden in allen Dingen. Diese Kurzform ist missverständlich, da sich die „Dinge“ ja wieder außerhalb von uns finden. Darum ist es wichtig, das Zitat in seinem Kontext zu sehen. Studenten hatten sich bei ihrem Mentor beklagt, dass sie zu wenig Zeit für Betrachtung und Gebet hätten. Dieser wendet sich an Ignatius und erhält folgende Antwort:

Die Studierenden sollen sich *„darin üben, die Gegenwart Gottes unseres Herrn in allen Dingen zu suchen, z.B. im Sprechen, im Gehen, Sehen, Schmecken, Hören, Denken, überhaupt in allem, was sie tun; ist ja doch Gottes Majestät in allen Dingen, durch seine Gegenwart, durch sein Wirken und sein Wesen. Diese Art zu ‚betrachten‘, bei der man Gott unseren Herrn in allem findet, ist leichter, als wenn wir uns zu geistlichen Stoffen mehr abstrakter Art erheben wollten, in die wir uns doch nur mit Mühe hineinversetzen können.“*⁷

Gott greift also nicht als Fremd-Körper in unser Leben ein. Er ist unser innerstes Lebensprinzip; er ist Kern und Mitte unserer Identität. Nach seinem Willen zu fragen und zu handeln führt uns demnach nicht in Entfremdung, sondern führt uns zu uns selbst. Wir finden die Bestimmung und den Sinn unseres Daseins und damit zu einem stimmigen, erfüllten Leben, zu einem Leben in Fülle.

Eine andere Frage ist allerdings, ob der Wille der Kirche bzw. das, was die Kirche für den Willen Gottes hält, immer mit dem deckungsgleich ist, was Gottes Wille für den jeweiligen Menschen entspricht. Die Kirche kann wie jede Institution hier letztlich nur einen Orientierungsrahmen aus wirklich allgemein gültigen Werten und Normen anbieten. Wie dieser Rahmen konkret auszufüllen ist, kann jeder Mensch in jeder aktuellen Situation jeweils nur für sich entscheiden.

3. Ignatius von Loyola und die Suche nach dem Willen Gottes

3.1 Hintergründe

Und hier kommt nun endgültig Ignatius von Loyola ins Spiel. Er lebte von 1491 bis 1556 und damit – ähnlich wie z. B. Teresa von Avila (1515 - 1582) oder Martin Luther (1486 - 1546) an der Schwelle vom Mittelalter zur Neuzeit. Dieser Übergang ist u. a. dadurch gekennzeichnet, dass das Individuum zunehmend in seiner Eigen-Art und seinem Eigen-Wert wahrgenommen wurde.

Bis dahin herrschte eine Sichtweise, die wir heute als Kollektivismus bezeichnen würden. Der/die Einzelne ging dabei im sozialen Gefüge von Staat, Gesellschaft, Stand und eben auch Kirche völlig unter.

⁶ Hubertus Halbfas, Der Sprung in den Brunnen. Eine Gebetsschule. Düsseldorf 1981/86, Seite 126ff

⁷ Ignatius von Loyola, Geistliche Briefe (GB) 206. Zitiert nach W. Lambert, Aus Liebe zur Wirklichkeit. Grundworte ignatianischer Spiritualität. 1. Aufl. Mainz 1991. Seite 23f

Demnach wurden auch alle über einen Kamm geschoren. Alles musste für alle in gleicher Weise passen. Natürlich mit Ausnahme derer, die das Sagen hatten und über dem gemeinen Volk standen: die staatlichen und kirchlichen Herrscher.

Sie bestimmten die Regeln, denen sich der Rest unterzuordnen hatte. Und sie beriefen sich dabei gerne auf Gott und dessen Willen, um der eigenen, oft brüchigen Autorität entsprechenden Nachdruck zu verleihen.

Die eben zitierten Personen – und natürlich auch noch viele andere – hatten ein Gespür dafür, dass es so nicht weiter gehen konnte. Sie haben jeweils auf ihre Weise den Aufbruch in eine neue Zeit mit geprägt. Im Folgenden werde ich mich aber auf Ignatius beschränken.

Der reformierte Schweizer Theologe Walter Nigg (1903 – 1988), der das Leben vieler Heiliger erforscht und beschrieben hat, schreibt in seinem Buch „Vom Geheimnis der Mönche“ über Ignatius:

„Den Willen Gottes zu erkennen war das zentrale Problem seines Lebens. ... Immer geht es ihm darum, den Willen Gottes zu erforschen. Um dieses Ziel und um nichts anderes kreist er unablässig wie um einen Feuerherd. ... Vor allem ist die Aufmerksamkeit darauf zu richten, wie Ignatius nie aus Eigenwilligkeit heraus handeln möchte, also nie das tun will, was ihm gerade jetzt behagt; er bemüht sich beständig, in Erfahrung zu bringen, was Gott in dieser Situation von ihm will. ... In seinem ruhelosen Fragen nach dem Willen Gottes ist dieser Mensch zu belauschen, will man sein Herz erkennen.“⁸

Warum das so war, lässt ich auch im Blick auf seine Lebensgeschichte gut nachvollziehen.⁹ Dabei wird deutlich: Die Biographie von Ignatius ist durch zwei einschneidende Brüche gekennzeichnet:

Zunächst schlug er eine Laufbahn als Ritter und Soldat ein. Eine schwere Verletzung bei der Verteidigung der Feste von Pamplona (1521) machte seinen ersten Lebensplan zunichte. Denn nun taugte er nicht mehr für den Kriegsdienst.

Auf dem nachfolgenden Krankenlager setzte er sich schließlich mit dem Leben Jesu und dem vieler Heiliger auseinander, was zu einer ersten Bekehrung führte. Fortan wollte er nur noch „Seiner göttlichen Majestät“ und dem himmlischen König Jesus Christus dienen. Und er fühlte sich dazu berufen, dies im Heiligen Land zu tun, wo er künftig „den Seelen helfen“ wollte.

Das aber haben die damals dort zuständigen Franziskaner – u. a. aus politischen Gründen – nicht geduldet und ihn, nachdem er 1523 endlich dort angekommen war, zur unmittelbaren Rückkehr nach Spanien gezwungen. Damit war sein zweiter Lebensentwurf zerbrochen. Es ist auf diesem Hintergrund verständlich, dass sich Ignatius sehr intensiv die Frage stellte, wie man als Mensch den Willen Gottes für das eigene Leben erkennen und umsetzen kann. Und damit sind wir schon mitten in seiner Spiritualität. Kernstück dieser Spiritualität sind seine „Geistlichen Übungen“, die ignatianischen Exerzitien, die auf dem Hintergrund seiner eigenen Lebens- und Bekehrungsgeschichte entstanden sind.

3.2 Die ignatianischen Exerzitien als Hilfe zur Entdeckung des göttlichen Willens

Gleich am Anfang seines Exerzitienbuches schreibt Ignatius, wozu die Exerzitien gut sein sollen. Sie sind Übungen, *„die Seele vorzubereiten und dazu bereit zu machen ... den göttlichen Willen zu suchen und zu finden in der Ordnung des eigenen Lebens zum Heil der Seele.“*

Wie das gehen soll, wird in den „Geistlichen Übungen“ dann Schritt für Schritt entfaltet.

⁸ Walter Nigg, *Vom Geheimnis der Mönche*, Artemis, Zürich 1953; zitiert nach Willi Lambert, a.a.O. Seite 93f

⁹ Neben vielen Büchern über Ignatius von Loyola empfiehlt sich die Lektüre seiner Autobiographie: *Der Bericht des Pilgers*. In verschiedenen Verlagen erschienen

3.2.1 Den Willen Gottes tun – Ungeordnete Neigungen erkennen und ablegen

Der eben etwas verkürzte Satz lautet vollständig: Sie sind Übungen, „*die Seele vorzubereiten und dazu bereit zu machen, alle ungeordneten Neigungen (oder a. Ü. Anhänglichkeiten) von sich zu entfernen, und nachdem sie abgelegt sind, den göttlichen Willen zu suchen und zu finden in der Ordnung des eigenen Lebens zum Heil der Seele.*“ (EB 1)¹⁰

Das ist die nicht ganz leicht verständliche Sprache des Ignatius. Ich will es mal mit meinen eigenen Worten wiedergeben: Wir sollen erkennen, was uns innerlich unfrei macht, wo wir gleichsam festhängen und blockiert sind; dann können wir uns damit auseinandersetzen und mit Gottes Hilfe zu einer immer größeren inneren Freiheit finden.

Erst dadurch sind wir in der Lage, Gottes Willen zu suchen und zu erkennen, unser Leben daraufhin auszurichten und so Glück und Erfüllung zu erlangen. Dieser Gedankengang ist leicht nachzuvollziehen: Wer auf irgendetwas fixiert ist, was unbedingt sein oder was er unbedingt haben muss, ist nicht offen für Alternativen. Das gleiche gilt auch mit umgekehrten Vorzeichen. Die Freiheit ist auch dort eingeschränkt, wo etwas um jeden Preis vermieden werden muss, also keinesfalls sein oder eintreten darf.

Was also macht mich innerlich unfrei, und wie kann ich zu größerer Weite und Freiheit finden? Hier kommt das nächste „Grundwort ignatianischer Spiritualität“ ins Spiel: die Indifferenz.

3.2.2 Den Willen Gottes tun – Indifferenz

Wir können diesen Begriff übersetzen mit Gleichmut oder mit Gleich-Gültigkeit im ursprünglichen Sinn des Wortes. Gemeint ist damit keine flapsige Wurstigkeit. Es geht darum, mehrere Möglichkeiten als gleich-gültig im Sinne von gleich-wertig zu verstehen und dafür offen zu sein. Ignatius schreibt dazu in einem seiner Briefe:

*„Wahre dir in allen Dingen die Freiheit des Geistes. Schiele in nichts auf Menschenrücksicht, sondern halte deinen Geist innerlich so frei, dass du auch stets das Gegenteil tun könntest. Lass dich von keinem Hindernis abhalten, diese Geistesfreiheit zu hüten. Sie gib niemals auf.“*¹¹

Die Freiheit zum Gegenteil – das ist eine starke Herausforderung. Konkret wird sie noch einmal beschrieben im „Prinzip und Fundament“ der Exerzitien:

„Darum ist es notwendig, uns allen geschaffenen Dingen gegenüber gleichmütig zu verhalten in allem, was der Freiheit unseres freien Willens überlassen und nicht verboten ist. Auf diese Weise sollen wir von unserer Seite Gesundheit nicht mehr verlangen als Krankheit, Reichtum nicht mehr als Armut, Ehre nicht mehr als Schmach, langes Leben nicht mehr als kurzes und folgerichtig so in allen übrigen Dingen. Einzig das sollen wir ersenhen und erwählen, was uns mehr zum Ziele hinführt, auf das hin wir geschaffen sind.“ (EB 23)

Das klingt zunächst einmal irritierend, wenn nicht gar „ver-rückt“. Ist Gesundheit nicht fraglos besser als Krankheit? Haben Armut oder Schmach etwa einen Wert in sich? Natürlich geht es hier nicht um die Umkehrung der Werte, so als ob Krankheit besser wäre als Gesundheit oder Armut besser als Reichtum. Es geht darum, das innere Gleichgewicht zu bewahren oder wieder zu bekommen.

Der ärgste Feind unserer Freiheit ist die Angst. Wer aus Angst vor Ansteckung nicht mehr unter die Leute geht, wer aus Angst um sein Geld nicht mehr ruhig schlafen kann, wer aus Angst, nicht anerkannt zu werden, es allen recht machen will – so ein Mensch ist nicht mehr frei. Sein Leben ist eingeschränkt und kann sich nicht mehr angemessen entfalten. Ein solcher Mensch kreist letztlich nur um sich selbst und seine Ängste.

Wer sich aber in der Liebe Gottes, in seinem Heilswillen aufgehoben und geborgen weiß, weiß auch, dass ihm letztlich nichts passieren kann, da schließlich auch der Tod, die schlimmste Bedrohung unseres Lebens, seinen Schrecken verliert.

¹⁰ EB = Exerzitienbuch: Ignatius, Geistliche Übungen, Übertragung und Erklärung von Adolf Haas, HERDER

¹¹ GB = Geistliche Briefe 335. Zitiert nach W. Lambert, a.a.O. Seite 59

Ein solcher Mensch wird seine Gesundheit und sein Leben, sein Vermögen, seine Ehre usw. nicht leichtfertig aufs Spiel setzen. Aber er wird sich auch nicht von seinen Ängsten beherrschen lassen.

Mangelnde Indifferenz kann auch eine Beziehung schwer belasten. Dann wird ein anderer Mensch schnell zur Angst auslösenden Bedrohung. Denn um der jeweiligen Beziehung willen muss ich ja vielleicht etwas tun, was mir widerstrebt; oder ich muss etwas unterlassen, worauf ich nicht verzichten kann oder mag.

Dazu ein alltägliches Beispiel: Wenn sich jemand seinen Urlaub grundsätzlich nur in den Bergen vorstellen kann, wird es sehr schwierig, wenn der Partner, die Partnerin sich ausschließlich am Meer erholen möchte. Dann wird es keinen gemeinsamen Urlaub geben, der beide zufrieden stellt. Erst wenn beide hier zumindest etwas indifferenter werden, können sie einen Kompromiss finden und dann miteinander ihre Freizeit verbringen.

Übertragen auf die geistliche Fragestellung: Ohne ein Mindestmaß an Indifferenz ist auch die Gottesbeziehung belastet und unfrei. Die Frage nach seinem Willen findet dann entweder nicht statt oder ist entsprechend mit Angst besetzt.

Einmal vorausgesetzt, dass ich mich schon so weit in diese innere Freiheit eingeübt habe, dass ich offen dafür bin, Gottes Willen zu suchen und zu finden: Wie kann ich dann erkennen, was Gott will – zunächst einmal *für mich*; erst an zweiter Stelle dann auch *von mir*?

Diese Frage führt uns zu einem weiteren entscheidenden Merkmal der ignatianischen Spiritualität: zur Unterscheidung der Geister.

3.2.3 Den Willen Gottes tun – Die Geister unterscheiden

Dabei geht es um die Unterscheidung zwischen dem Geist Gottes und dem – jetzt benutzt Ignatius ganz unterschiedliche Begriffe – also dem Geist des Teufels, dem Ungeist, dem Feind der menschlichen Natur. Anders gesagt: Welche Kräfte sind in mir am Werk und aus welchem Geist heraus handle ich?

Erkennen kann ich das an meinen inneren Regungen und Bewegungen: Was kann ich wahrnehmen, wenn ich in mich hineinspüre? Freude oder Trauer? Hoffnung oder Resignation? Motivation oder Antriebslosigkeit? Ermutigung oder Angst? Weite oder Enge? ... Diese Liste von Gegensatz-Paaren ließe sich noch lange fortsetzen.

Viele Menschen haben heute bei unserem oft hektischen, auf Äußerlichkeiten bedachten und oberflächlichen Lebensstil dieses Gespür für ihr Innenleben und damit auch für sich selbst verloren. Dann sind sie letztlich Getriebene, die mehr gelebt werden als selbst leben.

Die Spiritualität des heiligen Ignatius ermutigt uns, innezuhalten, um uns wieder neu auf uns selbst zu besinnen und auf das, was uns im Innersten bewegt – denn davon ist unser Verhalten und unser Handeln bestimmt, ob es uns nun bewusst ist oder nicht. Das können wir aber zunächst auch unter rein psychologischen Gesichtspunkten betrachten. Geistlich wird dieser Blick durch die Frage nach dem Geist, der dahinter steht – eben der Geist Gottes oder der Feind der menschlichen Natur. Und woran sind sie zu unterscheiden?

„An ihren Früchten werden ihr sie erkennen“ sagt Jesus im Matthäus-Evangelium (Mt 7,16;20). Und genau darauf läuft die Unterscheidung der Geister bei Ignatius auch hinaus. Er leitet dazu an, Entscheidungen und Handlungen gleichsam von hinten her zu betrachten.

Wie wird es mir gehen, wenn ich mich so oder so verhalte? Wird es mir gut gehen, werde ich nicht nur kurzfristig, sondern auf Dauer zufrieden sein?

Werde ich das Ergebnis als stimmig empfinden? Kurzum: Werde ich mich getröstet fühlen oder gerate ich in Misstroß? Misstroß ist das Gegenteil der eben aufgezählten positiven Empfindungen. Also zum Beispiel ein schlechtes Gewissen, Unzufriedenheit, Unstimmigkeit, Misshmut und ähnliches.

Daraus kann ich dann meine Schlussfolgerungen ziehen: Was mir Trost bringt, entspricht dem Willen Gottes; was mich in den Misstroß führt, kommt vom Ungeist.

Das klingt einfach und ist es letztlich auch, braucht aber einige Anleitung und Übung, um hier nicht zu Fehlinterpretationen zu kommen. Unter anderem dazu dient die Geistliche Begleitung, die eine wichtige Hilfe auf dem Weg der ignatianischen Spiritualität ist.

3.3 Regeln für eine gute Wahl / Entscheidung

In den Geistlichen Übungen gibt Ignatius eine Reihe von Hinweisen, wie eine gute, sprich geistliche Wahl bzw. Entscheidung gelingen kann (GÜ 170-188). In diesem Zusammenhang spricht er von „drei Zeiten“, womit er allerdings nicht nur den Zeitpunkt, sondern vor allem die Art und Weise der Entscheidungsfindung meint.

Die beiden ersten Punkte (GÜ 175 und 176) übernehme ich wörtlich. Die Ausführungen zur „dritten Zeit“ gebe ich in einer zusammenfassenden Übertragung wieder, da der Originaltext hier sehr ausführlich ist (vgl. GÜ 177-183).

„Der erste Zeitpunkt ist dann, wenn Gott unser Herr den Willen so bewegt und an sich zieht, dass eine Ihm ergebene Seele, ohne zu zweifeln oder auch nur zweifeln zu können, dem folgt, was ihr gezeigt worden, wie es der heilige Paulus und der heilige Matthäus taten, als sie Christus unserem Herrn folgten.“ (GÜ 175)

„Der zweite Zeitpunkt ist dann, wenn man viel Klarheit und Einsicht hat auf Grund der Erfahrung in Tröstungen und Trostlosigkeiten sowie auf Grund der Erfahrung in der Unterscheidung der verschiedenen Geister.“ (GÜ 176)

Ohne ausdrücklich geistlichen Hintergrund wäre das erste vielleicht eine Entscheidung „aus dem Bauch heraus“; die zweite Weise wäre ziemlich emotional, sie käme sozusagen „von Herzen“.

Der dritte Zeitpunkt: Wenn eine Entscheidung „nicht vom Himmel fällt“ und auch die Unterscheidung der Geister nicht weiter hilft, schlägt Ignatius noch zwei weitere Methoden vor. Hier eine Zusammenfassung seiner ausführlichen Anweisungen:

Methode 1: Eher rational

1. Ich mache mir den Gegenstand meiner Wahl bzw. die Alternativen für meine Entscheidung bewusst.
2. Ich richte mich innerlich auf Gott und das Ziel meines Lebens aus und versuche indifferent zu werden, damit ich das wählen kann, was mehr dem Willen Gottes entspricht.
3. Ich bitte Gott, er möge meinen Willen bewegen und mir in die Seele legen, was ich tun soll; dann lasse ich mir die anstehenden Fragen noch einmal durch den Kopf gehen (bewusst den Verstand gebrauchen).
4. Ich erwäge ausführlich die Vor- und Nachteile der jeweiligen Entscheidung.
5. Ich entscheide danach, was mir jetzt als das Vernünftigere erscheint. Dabei lasse ich mich nicht mehr von anderen Regungen oder Eindrücken beeinflussen.
6. Ich bringe meine Entscheidung vor Gott und bitte ihn, sie zu bekräftigen, sofern sie seinem Willen entspricht.

Methode 2: Mit viel Phantasie

Ich richte mich darauf aus, ganz aus dem Geist der Liebe zu entscheiden.

Ich stelle mir einen mir bisher fremden Menschen vor, der mich in der gleichen (von mir zu entscheidenden) Sache um Rat fragt. Welche Kriterien würde ich ihm vorschlagen? Danach wende ich die gleichen Kriterien für mich selbst an.

Ich versetze mich in meine Todesstunde. Was werde ich mir dann wohl wünschen, wie ich jetzt entschieden hätte? Und danach richte ich mich jetzt.

Und schließlich frage ich mich noch, mit welcher Entscheidung ich nach meinem Tod vor Gott stehen möchte.

Auf dem Hintergrund dieser Erwägungen treffe ich jetzt meine Wahl und biete sie Gott an, damit er sie bestätigt, wenn sie seinem Willen entspricht.

4. Zusammenfassung

Als Christinnen und Christen finden wir Halt und Orientierung für unser Leben, wenn wir bereit sind, immer wieder danach zu fragen, was Gott für uns und ggf. dann auch von uns will.

Um diesen Willen erkennen und tun zu können, bedarf es der inneren Freiheit, des Gleichmuts der Seele, sprich: der Indifferenz. Die können wir dadurch erlangen, dass wir unsere ungeordneten Anhänglichkeiten, die inneren Fixierungen und Zwänge, erkennen und mit Gottes Hilfe überwinden. Und schließlich hilft uns die Unterscheidung der Geister im Blick auf unsere inneren Regungen und Bewegungen, die Anstöße und Wirkungen des Geistes Gottes von denen des Ungeistes zu unterscheiden.

Bei all dem brauchen wir uns vor dem Willen Gottes nicht zu fürchten: „*Was Gott tut, das ist wohl getan*“. Sein Wille ist mein, ist Ihr Leben!

© Pfr. Walter Mückstein