

Was ist Geistliche Begleitung

Brunnen freilegen

Geistliche Begleitung ist wie das Aufgraben von verschütteten Brunnen. Die härteste Strafe in biblischen Zeiten war die Vernichtung von Brunnen. Das Alte Testament berichtet von einem Konflikt Isaaks mit den Philistern. Um Isaak zu vertreiben, zerstörten sie alle Brunnen, indem sie sie mit Schutt füllten. Isaak blieb nichts anderes übrig als fortzuziehen und an einem anderen Ort neu anzufangen. Als Isaak dort ankam, ließ er als erstes Brunnen aufgraben, um so Zugang zu frischem Wasser zu bekommen. (vgl. 1. Buch Mose 26, 12-18). Ohne Brunnen konnten Menschen und Tiere nicht überleben. Deshalb ist es auch nicht verwunderlich, dass im Alten Testament immer wieder das Wasser und der Brunnen als Symbol für Leben auftauchen. Spätestens im Johannesevangelium, in der Erzählung von der Begegnung Jesu mit der Samariterin am Jakobsbrunnen, bekommt der Brunnen, die Quelle und das Wasser eindeutig eine spirituelle Bedeutung. "Wer von dem Wasser trinkt, das ich gebe", sagt Jesus, "wird niemals mehr Durst haben; vielmehr wird das Wasser in ihm zur sprudelnden Quelle werden" (vgl. Joh 4, 13). Der Evangelist Johannes sagt, dass Jesus einen Zugang zu den Lebensquellen vermittelt und hilft, Schutt wegzuräumen, um die vertrockneten Brunnen freizulegen. Wer Jesus begegnet, wird merken, wie im eigenen Inneren die Quellen anfangen zu sprudeln.

Zur Quelle finden

Die Brunnengeschichten erzählen, worum es in der geistlichen Begleitung geht. Eine geistliche Begleitung will helfen, Verschüttetes freizulegen und sich der Lebensquelle zuzuwenden. Es geht um die Begleitung auf dem Weg hin zu einer echten Begegnung mit Jesus, die so lebendig macht, dass man in sich die Quellen fließen spürt. Dieser Weg führt nicht weg von der Welt, sondern mitten in sie hinein. Denn spirituell wachsen, d.h. ein geistlicher Mensch werden, bedeutet, immer mehr zu seiner eigenen Realität finden und die eigene Berufung zu leben. Deshalb gehört zu diesem Weg die Ausrichtung auf Gott hin genauso wie die Betrachtung der eigenen Biographie; die Auseinandersetzung mit Schuld und erfahrenem Unrecht genauso wie die Auseinandersetzung mit der eigenen Berufung und der empfangenen Gnade. Dazu gehört auch die Begegnung mit den Bildern der Seele, dem Unbewussten, das das Handeln mehr bestimmt als es uns manchmal lieb ist. Kurz, es geht um eine umgreifende Bekehrung, oder besser gesagt, um eine Neuorientierung des Lebens auf Christus hin. Wenn man sich auf diesen Weg einläßt und Gott in den Blick nimmt,

wird erfahrbar, an wieviel Unnötigem man hängt, wieviel Ideen und Vorstellungen einen binden und unter wieviel oft selbst gemachten Zwängen man lebt. Diese *ungeordneten Anhänglichkeiten* (Ignatius von Loyola) gilt es hinter sich zu lassen, um die innere Freiheit zu gewinnen, ohne falsche Rücksichtnahme das zu tun, was dem Willen Gottes entspricht.

Mit Gott rechnen

Die Ausrichtung auf Gott ist wohl der größte Unterschied zu Coaching und therapeutischen Gesprächen. Geistliche Begleitung geht davon aus, dass Gottes Geist am Wirken ist und mit dem Menschen in Dialog treten will. Sie nimmt die Kraftfelder in den Blick, die neben der empirisch beschreibbaren Wirklichkeit auf das Leben einwirken. Im Alltag sind wir oft gefangen in eindimensionalen Denken. Unser Planen, Reden und Tun, die Anforderungen, die andere ans uns stellen können alle Kraft absorbieren, und so blind machen für Gottes Gegenwart. Geistliche Begleitung öffnet den Blick für das verborgene Wirken Gottes. Dabei orientiert sie sich an der Bibel. Der Gott, der sich in der Geschichte Israels und Jesu offenbart hat, ist ein Gott, der nach dem Herz des Menschen sucht und ihm zum Leben verhelfen will. Wenn man den biblischen Erzählungen glaubt, dann tritt Gott dabei nicht immer nur als der auf, der den Menschen bestätigt, tröstet oder beruhigt, sondern auch als einer, der herausfordert, die noch nicht gelebten Möglichkeiten zu entwickeln. Männer und Frauen wie Abraham und Sarah machen deutlich, dass Gottes Ruf nicht nur das eigene Leben, sondern auch das Zusammenleben mit anderen Menschen verwandelt. Doch wo ist dieser Gott zu finden? Für viele Religionen gab es einen Ort der Anwesenheit Gottes, einen heiligen Bereich, der streng getrennt war vom profanen Alltag. In Tempeln brachten Menschen Opfer dar, und wussten sich so ihren Göttern nah. Jesus stellt diese Form von Religion in Frage. Für ihn gibt es keine Unterscheidung zwischen einem profanen und einem sakralen Bereich. Er selber tritt an die Stelle der Priester, Opfer und Tempel (vgl. Hebr.9, 12) und darum ist Gott in der Begegnung mit ihm zu finden. Paulus denkt diesen Gedanken weiter, wenn er sagt, dass der Geist Gottes in jedem Menschen wohnt und wirkt (vgl. 1 Kor 3, 16, Röm 8,26). Geistliche Begleitung will helfen, diese verborgene Gegenwart Gottes in mir und in den anderen Menschen zu erspüren.

Ins Gespräch kommen

Geistliche Begleitung unterscheidet sich aber auch von einem Seelsorgsgespräch, in dem man sich in einer konkreten Frage den Rat eines anderen sucht. Geistliche

Begleitung ähnelt von ihrer äußeren Form eher einer Therapie. Verbindlichkeit, Regelmäßigkeit und eine gewisse Dauer gehören dazu. In einer ersten Zusammenkunft wird vereinbart, in welchen Abständen man sich trifft (in der Regel alle vier bis sechs Wochen), wie lange ein Gespräch dauern sollte (in der Regel etwa eine Stunde), was Inhalt der Gespräche ist, welche Aufgaben der Begleiter übernimmt und welche nicht, und wann die Begleitung beendet wird. Entscheidend ist es, in einem ersten Gespräch zu klären, was der Interessierte wirklich sucht und braucht. Das Kriterium für einen geistlichen Weg und geistliche Begleitung ist die erwachte Sehnsucht, sein Leben im Geist Jesu zu gestalten. Geistliche Begleitung bietet sich oft in Umbruchs- und Entscheidungssituationen an. Sie kann aber auch eine Hilfe sein, ein regelmäßiges geistliches Leben zu beginnen. Die Bereitschaft, sich auf Gottes Führung einzulassen, ist die Grundbedingung für einen geistlichen Prozess. Der Interessierte muß auch bereit sein, offen mit dem geistlichen Begleiter über alles zu sprechen, was sich während dieses Prozesses zeigt und mit ihm zu überlegen, welcher Schritt als nächster nötig ist.

Sich auf die Suche machen

Geistliche Begleitung ersetzt nicht das eigene Engagement. Sie ist nur sinnvoll und möglich, wenn man einen eigenen spirituellen Übungsweg geht. Die regelmäßigen Begleitungsgespräche eröffnen die Möglichkeit, über Erfahrungen auf diesem Weg zu sprechen und Gefühle, Gedanken und Bewegungen zu klären. Dieser spirituelle Weg führt über viele Stufen in ein inneres Schweigen. Sobald man sich die Zeit nimmt und ruhig wird, werden sich zunächst viele innere Stimmen melden. Es ist nötig diese Impulse nicht gleich zu bewerten, sondern auf sie zu achten, um mit der eigenen Innenwelt immer mehr vertraut zu werden. Eine erste Übung, die inneren Bewegungen wahrzunehmen, ist z.B. ein Gang durch die Natur oder Stadt, bei dem man bewußt mit allen äußeren Sinnen die Reize aufnimmt, die auf einen einwirken. In dieser Haltung wird es dann auch möglich, die inneren Sinne zu erwecken, d.h. darauf zu achten, was Worte, Begegnungen oder Erlebnisse im Inneren auslösen. Diese Sensibilität für die eigenen inneren Bewegungen ist die Voraussetzung für eine wirkliche Begegnung der Seele mit Gott.

Auf Jesus schauen

Wesentlicher Bestandteil des geistlichen Übungsweges sind die regelmäßigen und strukturierten Gebetszeiten. Welche Form man wählt, ist im Gespräch mit dem Begleiter zu entscheiden. Die christliche Tradition bietet einen reichen Schatz von

Formen, wie das z.B. das Herzensgebet, die geistliche Lesung oder die Kontemplation. Für Ignatius von Loyola spielt die Schriftbetrachtung eine herausragende Rolle. Bei den Betrachtungen gilt es die Bibel als heilige, d.h. wegweisende Schrift zu lesen, die eine Botschaft Gottes für mich enthält. Das ist weniger eine Sache des Verstandes und Kopfes, als vielmehr des Gemütes. Es gilt, das Evangelium zu verkosten, um so seine innere Weisheit zu erkennen. Ziel der Betrachtungen ist es, den Geist zu erspüren, der Jesus erfüllt und leitet, um so in eine immer tieferen Vertrautheit mit Jesus hineinzuwachsen. Im Laufe dieses Wegs wird man - im eigenen Tempo - die verschiedenen Stationen des Lebens Jesu abschreiten. Hilfreich ist es, sich die biblischen Szenen möglichst konkret vorzustellen. Durch Imagination werden die biblischen Geschichten zu inneren Seelenbildern. Die Bilder werden verschiedene Gefühle und Regungen auslösen; neben Freude und Dankbarkeit kann sich auch Widerstand und Ablehnung melden. Auf diese Bewegungen gilt es zu achten und sie ins Gespräch mit Jesus zu bringen. Diese Bewegungen sind auch Inhalt des Begleitungsgesprächs.

Aufgabe der Begleitung

Den geistlichen Prozess kann nur jeder und jede für sich vollziehen. Er führt in die Begegnung mit der eigenen Einsamkeit, die Angst machen kann, auf deren Grund aber Gott selber wartet. Man geht den Weg alleine, doch Begleiter gibt es, mit denen man über die Erfahrungen, die man auf dem Weg macht, sprechen kann. Eine alte Weisheit der christlichen Spiritualitätsgeschichte besagt, dass es auf dem spirituellen Weg einen Begleiter braucht, der hilft zu unterscheiden, ob man nun wirklich Gottes Geist oder den eigenen Idealen und Wunschvorstellungen folgt. Aus den verschiedenen Bewegungen die sich in der Stille melden, ist es notwendig, die Stimme Gottes herauszuhören. Man könnte sagen, dass geistliche Begleitung eine fortwährende Unterscheidung der Geister ist. Deshalb muss ein Begleiter erspüren können, welche inneren Bewegungen zur Quelle des Lebens, zu Gott hinführen und lebensförderlich sind, und welche Kräfte von ihm weg führen und lebenszerstörend sind. Dabei gilt es klug zu unterscheiden, welche Anregungen nur *scheinbar* und welche *wirklich* zum Leben führen. Die Aufgabe des Begleiters ist es, diesen Suchprozess zu unterstützen. Die Verantwortung besteht darin, sich selbst aus der Beziehung herauszuhalten, um so Platz zu lassen für die Beziehung des Menschen zu Gott. So muss der Begleiter dem Impuls widerstehen, mit Tipps, Ratschlägen und eigenen Erfahrungen in diese Begegnung zwischen Seele und Gott einzugreifen. Der

Begleiter muss ein hörender Mensch sein, hörend auf das, was sich im anderen regt und hörend auf das, was Gott ihm damit sagen könnte. Konkret heißt das, dass der geistliche Begleiter zuhört und durch dieses Zuhören dem anderen hilft, seine inneren Bewegungen wertzuschätzen, auf Gott zu hören und selbst ein kontemplativer Mensch zu werden. Zur Aufgabe des Begleiters gehört es auch, immer wieder daran zu erinnern, auf dem Weg zu bleiben und auf die Gefühle zu achten und Widerstände nicht zu übergehen. Schließlich soll er mit Hilfe seiner Unterscheidungsgabe helfen, Entscheidungen zu treffen, die dem Willen Gottes entsprechen.

Fazit

Geistliche Begleitung hilft, verschüttete Brunnen freizulegen, um so wieder an die Quellen des Lebens zu stoßen. Sie ist eine Form, das eigene Leben zu vertiefen und eine lebendige Beziehung zu Gott aufzubauen. "Gott ist sehr beflissen, allzeit bei den Menschen zu sein", sagt der Mystiker Meister Eckhart und führt weiter aus: "Gott ist drinnen, wir aber sind draußen; Gott ist in uns daheim, wir aber sind in der Fremde". Geistliche Begleitung ist eine Möglichkeit, Entfremdung zu überwinden und nach Hause zu kommen, um dort im Tiefen der Seele Gottes Gegenwart anzutreffen.

Dr. Hans-Joachim Tambour