

Ignatius von Loyola: Die Unterscheidung der Geister

**Regeln, um einigermaßen die verschiedenen Bewegungen zu erklären und zu erspüren,
die in der Seele sich verursachen;
die guten, um sie aufzunehmen, die schlechten, um sie zu verwerfen.**

DIE ERSTE REGEL. Denen, die von Todsünde zu Todsünde gehen, pflegt der Böse Feind gemeinhin augenscheinliche Lust vorzustellen, indem er Bilder sinnlicher Ergötzungen und Lüste hervorruft, um sie jeweils mehr in ihren Lastern und Sünden zu bewahren und zunehmen zu lassen. Der gute Geist verfährt bei solchen in entgegen gesetzter Weise; er stachelt sie auf und gibt ihnen Gewissensbisse im innern Instinkt der Vernunft.

DIE ZWEITE. Bei denen, die entschieden voranmachen in der Reinigung von ihren Sünden und die im Dienste Gottes Unseres Herrn vom Guten zum je Besseren übergehen, findet eine Weise statt, die der ersten Regel entgegengesetzt ist. Denn nun ist es dem bösen Geiste eigen, zu beißen, traurig zu stimmen und Hindernisse zu legen, indem er mit falschen Gründen beunruhigt, damit man nicht weiter vorrücke. Und dem guten Geist ist es eigen, Mut und Kraft, Tröstungen, Tränen, Einsprechungen und Ruhe zu geben, indem er alle Hindernisse leicht macht und weghebt, damit man im Tun des Guten weiter voranschreite.

DIE DRITTE. Vom geistlichen Trost. Ich rede von Trost, wenn in der Seele eine innere Bewegung sich verursacht, bei welcher die Seele in Liebe zu ihrem Schöpfer und Herrn zu entbrennen beginnt und demzufolge kein geschaffenes Ding auf dem Antlitz der Erde mehr in sich zu lieben vermag, es sei denn im Schöpfer ihrer aller. Desgleichen: wenn einer Tränen vergießt, die ihn zur Liebe Seines Herrn bewegen, sei es aus Schmerz über seine Sünden oder über das Leiden Christi Unseres Herrn oder über andere unmittelbar auf Seinen Dienst und Lobpreis hin geordnete Dinge. Und endlich nenne ich Trost jede Zunahme von Hoffnung, Glaube und Liebe, und jede innere Freudigkeit, die ihn zu den himmlischen Dingen ruft und zieht und zum eigenen Heil seiner Seele, indem sie ihn besänftigt und befriedet in seinem Schöpfer und Herrn.

DIE VIERTE. Von der geistlichen Trostlosigkeit. Ich nenne Trostlosigkeit alles, was zur dritten Regel in Gegensatz steht, als da ist: Verfinsterung der Seele, Verwirrung in ihr, Hinneigung zu den niedrigen und erdhaften Dingen, Unruhe verschiedener Getriebenheiten und Anfechtungen, die zum Mangel an Glauben, an Hoffnung, an Liebe bewegen, wobei sich die Seele ganz träg, lau, traurig findet und wie getrennt von ihrem Schöpfer und Herrn. Denn wie der Trost das Gegenteil der Trostlosigkeit ist, so sind auch die Gedanken, die der Trostlosigkeit entspringen, entgegengesetzt den Gedanken, die aus dem Trost entstehen.

DIE FÜNFTE. Zur Zeit der Trostlosigkeit soll man nie eine Änderung treffen, sondern fest und beständig in den Vorsätzen und der Entscheidung stehen, in denen man am Tag vor dieser Trostlosigkeit stand, oder in der Entscheidung, in der man im vorausgehenden Troste stand. Denn wie uns im Trost jeweils mehr der gute Geist führt und berät, so in der Trostlosigkeit der böse, auf dessen Ratschläge hin wir den Weg nie finden können, um das Rechte zu treffen.

DIE SECHSTE. Sollen wir in der Trostlosigkeit die früheren Vorsätze nicht ändern, so ist es doch sehr von Nutzen, uns selber entschieden gegen eben diese Trostlosigkeit hin zu ändern, so etwa, dass wir uns mehr dem Gebet, der Betrachtung hingeben, uns viel prüfen und in irgendeiner angemessenen Weise freigebiger Buße tun.

DIE SIEBTE. Wer in Trostlosigkeit ist, erwäge, wie der Herr ihn zur Probe in seinen natürlichen Fähigkeiten gelassen hat, zu dem Zweck, dass er den verschiedenen Antrieben und Anfechtungen des Feindes widerstehe. Er kann es nämlich mit der göttlichen Hilfe, die ihm stets verbleibt, auch wenn er sie nicht deutlich spürt, da ihm der Herr zwar seine große Glut, die besondere Liebe und die intensive Gnade entzogen, ihm aber die zum ewigen Heil genügende Gnade gelassen hat.

DIE ACHTE. Wer in Trostlosigkeit ist, gebe sich Mühe, in der Geduld auszuharren, die den ihn überkommenden Quälereien entgegenwirkt. Und er möge bedenken, dass er gar bald wieder getröstet sein wird; dabei aber sorgsam die Mittel gegen solche Trostlosigkeit anwenden, wie in der sechsten Regel gesagt worden ist.

DIE NEUNTE. Drei Gründe sind es vornehmlich, warum wir uns trostlos finden.

Der erste, weil wir lau, träge oder nachlässig in unseren geistlichen Übungen sind: so zieht sich durch unsere Schuld der geistliche Trost von uns zurück.

Der zweite, damit Gott uns erprobe, wie weit wir sind und in welchem Ausmaß wir uns ausgeben in seinem Dienst und Lobpreis ohne einen so großen Sold an Tröstungen und besonderen Gnaden.

Der dritte, um uns die wahre Kenntnis und Einsicht zu geben, dazuhin, es inwendig zu erleben, dass es nicht unsere Sache ist, große Hingabe, intensive Liebe, Tränen oder irgendeinen andern geistlichen Trost uns zu verschaffen oder zu erhalten, sondern dass es ganz eine Gabe und Gnade Gottes Unseres Herrn ist, und wir uns nicht in ein fremdes Haus einnisten und unsern Geist in irgendeinem Stolz oder eitlen Ruhm aufblähen, indem wir die Andacht oder andere Teile des geistlichen Trostes uns selber zuschreiben.

DIE ZEHNTE. Wer im Trost ist, bedenke, wie er sich in der Trostlosigkeit benehmen werde, die später kommen wird, indem er für dann neue Kräfte sammelt.

DIE ELFTE. Wer getröstet ist, Sorge sich zu demütigen und zu erniedrigen soviel er kann, indem er bedenkt, wie wenig er wert ist zur Zeit der Trostlosigkeit ohne diese besondere Gnade oder Tröstung. Und im Gegenteil bedenke, wer in der Trostlosigkeit ist, dass er viel vermag mit der Gnade, die genügt, um allen seinen Feinden zu widerstehen, indem er die Kräfte bei seinem Schöpfer und Herrn sich holt.

DIE ZWÖLFTE. Der Feind verhält sich wie ein Weib; seine Kräfte sind schwach, aber er will gerne stark erscheinen. Denn wie es Weiberart ist, beim Streit mit einem Mann den Mut zu verlieren und die Flucht zu ergreifen, wenn der Mann ihr die starke Stirne zeigt, wenn aber der Mann zu weichen beginnt und den Mut sinken lässt, Zorn, Rache und Wildheit des Weibes übergroß und maßlos werden, so ist es auch dem Feinde eigen, zusammenzusinken und den Mut zu verlieren, so dass seine Versuchungen die Flucht ergreifen, wenn der Mensch, der sich in geistlichen Dingen übt, die starke Stirne gegen seine Versuchungen zeigt, indem er geradenwegs das Gegenteil tut; wenn hingegen der sich Übende anfängt, Furcht zu hegen und beim Ausstehen der Versuchungen den Mut zu verlieren, dann gibt es auf der ganzen Welt keine so wilde Bestie wie den Feind der menschlichen Natur, wenn er mit ausgewachsener Bosheit seine tückische Absicht verfolgt.

DIE DREIZEHNTE. Desgleichen verhält der Feind sich wie ein eitler Verliebter: er wünscht verborgen zu sein und nicht entdeckt zu werden. Denn wie dieser falsche Mensch, der sich an die Tochter eines guten Vaters oder an die Gattin eines guten Gatten heranmacht und sie zum Bösen überredet, den Wunsch hat, dass seine Worte und Einflüsterungen geheim bleiben, und es ihm sehr missfällt, wenn die Tochter dem Vater oder die Gattin dem Gatten seine eitlen Worte und seine verkommene Absicht aufdeckt, weil er leicht begreift, dass er sein Vorhaben nicht mehr ausführen kann, ebenso wünscht und begehrt auch der Feind der menschlichen Natur, wenn er seine Listen und Einflüsterungen der gerechten Seele einflößt, dass diese im geheimen empfangen und festgehalten werden; offenbart sie sie aber ihrem guten Beichtvater oder einer andern geistlichen Person, die seine Betrügereien und Bosheiten kennt, so grämt ihn das sehr, denn er begreift, dass er mit seiner begonnenen Bosheit nicht zum Ziel gelangen kann, da seine klaren Betrügereien offen zutage liegen.

DIE VIERZEHNTE. Der Feind verhält sich auch wie ein Häuptling, der einen Platz bezwingen und ausrauben will. Wie ein Hauptmann oder Anführer im Feld Stellung bezieht und Kräfte und Lage der Burg ausspäht, um sie dann an der schwächsten Stelle anzugreifen, ebenso umschleicht auch der Feind der menschlichen Natur rings alle unsere theologischen, kardinalen und moralischen Tugenden, und wo er uns schwächer und ungeschützt zu unserem ewigen Heil hin findet, dort führt er seinen Schlag gegen uns und trachtet, uns einzunehmen.

Regeln zu dem Zweck, die Geister noch genauer zu unterscheiden

DIE ERSTE. Es ist Gott und Seinen Engeln in ihren Anregungen eigen, wahre geistliche Freude und Fröhlichkeit zu geben und alle Trauer und Verwirrung, die der Feind herbeiführt, zu entfernen, dessen Art es ist, gegen solche geistliche Fröhlichkeit und Tröstung anzukämpfen, indem er Scheingründe, Spitzfindigkeiten und anhaltende Täuschungen beizieht.

DIE ZWEITE. Einzig Gott Unser Herr kann ohne vorausgehenden Grund der Seele Trost geben; denn es ist dem Schöpfer vorbehalten, in sie einzutreten, aus ihr hinauszugehen, sie so zu bewegen, dass Er sie ganz in die Liebe zu Seiner Göttlichen Majestät hineinzieht. Ohne Grund soll heißen: ohne vorausgehendes Fühlen oder Erkennen irgendeines Gegenstandes, der ihr vermittels der Akte ihres Verstandes und Willens eine solche Tröstung herbeiführen würde.

DIE DRITTE. Mittels eines solchen Grundes kann sowohl der gute wie der böse Engel die Seele trösten; aber zu entgegen gesetztem Ziele hin: der gute Engel zu ihrer Förderung, auf dass sie wachse und aufsteige vom Guten zum je Besseren, und der böse Engel zum Gegenteil, und um sie zuletzt zu seiner verwerflichen Absicht und Bosheit hinzuziehen.

DIE VIERTE. Die Art des bösen Engels, der sich in die Gestalt eines Engels des Lichtes verwandelt, ist es, mit der frommen Seele einzutreten und mit sich selbst auszutreten; will sagen: gute und heilige Gedanken, die einer solchen gerechten Seele angepasst sind, einzufließen, dann aber ganz allmählich zu seinem eigenen Ziele überzugehen, indem er die Seele in seine verdeckten Betrügereien und verkehrten Absichten hinzieht.

DIE FÜNFTE. Wir müssen sehr Acht geben auf den Verlauf der Gedanken. Sind Anfang, Mitte und Ende gut und hingichtet auf etwas ganz Gutes, dann ist dies ein Zeichen des guten Engels. Wenn aber einer im Ablauf seiner Gedanken bei einer schlechten oder ablenkenden Sache endet oder bei etwas weniger Gutem als dem, was die Seele sich vorher vorgenommen hatte zu tun, oder wenn es die Seele schwächt oder verwirrt, indem es ihr den Frieden, die Stille und Ruhe, die sie vorher hatte, wegnimmt, so ist dies ein klares Zeichen, dass es vom bösen Geiste her stammt, dem Feind unseres Fortschritts und ewigen Heils.

DIE SECHSTE. Wenn der Feind der menschlichen Natur an seinem Schlangenschwanz gespürt und erkannt ward und am bösen Ende, zu dem er hinführt, so ist es der Person, die von ihm versucht wurde, nützlich, sofort den Verlauf der guten Gedanken, die er eingab, zu betrachten: wie es anfang, und er dann nach und nach dafür sorgte, dass sie aus der geistlichen Anmut und Freude, darin sie sich befand, herabstieg, bis er sie schließlich zu seiner gottlosen Absicht verführte. Und sie soll das tun, um auf Grund einer solchen erkannten und vermerkten Erfahrung sich künftig vor seinen gewohnten Betrügereien hüten zu können.

DIE SIEBTE. Bei denen, die vom Guten zum je Bessern voranschreiten, berührt der gute Engel die Seele sanft, leicht und lind wie ein Tropfen Wassers, der in einen Schwamm eindringt. Der böse dagegen berührt sie spitz und scharf und mit Gedröhn und Unruhe, wie wenn der Tropfen Wassers auf einen Stein fällt. Jene, die vom Schlechten ins je Schlechtere voranschreiten, werden von den besagten Geistern in entgegen gesetzter Weise berührt. Die Ursache davon ist, dass die Disposition der Seele diesen Engeln entweder entgegengesetzt oder gleich ist. Denn ist sie entgegengesetzt, so treten sie mit Geräusch und Sensation und Fühlbarkeit ein; ist sie gleich, so tritt der Geist schweigend ein wie in sein eigenes Haus bei offener Tür.

DIE ACHTE. Ist die Tröstung ohne Grund und somit ein Betrug ausgeschlossen, da sie, wie gesagt wurde, von Gott Unserem Herrn allein her stammt, so soll doch die geistliche Person, der Gott solche Tröstung gibt, mit großer Wachsamkeit und Sorgfalt zusehen und die eigentliche Zeit der aktuell sich vollziehenden Tröstung von der nachfolgenden Zeit unterscheiden, in der die Seele noch glüht und von der Gunsterweisung und dem von der vergangenen Tröstung übriggelassenen beseligt ist. Denn nicht selten bildet sie in dieser zweiten Zeit durch eigene Überlegungen auf Grund von Gewohnheiten und von Folgerungen aus ihren eigenen Begriffen und Urteilen oder durch den guten oder den bösen Geist verschiedene Vorsätze und Ansichten, die nicht unmittelbar von Gott Unserem Herrn gegeben sind, und die darum sehr genau untersucht werden müssen, bevor man ihnen volles Zutrauen schenkt oder sie in die Tat umsetzt.

Ignatius von Loyola: Um Skrupel und Einflüsterungen unseres Feindes zu merken und zu erkennen, sind folgende Bemerkungen dienlich

DIE ERSTE. Man nennt nicht selten Skrupel, was aus unserem eigenen freien Urteil hervorgeht, ich meine: wenn ich frei aufstelle, etwas sei Sünde, was keine Sünde ist; wie es wohl vorkommen kann, dass einer, der zufällig auf ein aus Strohhalmen gebildetes Kreuz tritt, sich das Urteil bildet, er habe gesündigt. Doch ist das genau gesprochen ein falsches Urteil und noch kein wirklicher Skrupel.

DIE ZWEITE. Nachdem ich auf jenes Kreuz getreten bin und unterdessen irgend etwas anderes gedacht oder gesagt oder getan habe, kommt mir von außen her der Gedanke, ich hätte gesündigt. Andererseits scheint es mir, ich hätte nicht gesündigt, und doch fühle ich mich dabei verwirrt, sofern ich nämlich zweifle und zugleich auch nicht zweifle. Dies nun ist ein eigentlicher Skrupel und eine Versuchung, die der Feind setzt.

DIE DRITTE. Der erste Skrupel in der ersten Bemerkung ist völlig aus dem Sinn zu schlagen, weil er im ganzen Irrtum ist. Der zweite dagegen in der zweiten Bemerkung ist während einiger Zeit von nicht geringem Nutzen für die Seele, die sich geistlichen Übungen hingibt. Er reinigt und läutert eine solche Seele sogar in hohem Maße, indem er sie sehr von allem Anschein der Sünde scheidet, nach dem Ausspruch Gregors: «Guten Gemütern eignet es, dort Schuld zu erkennen, wo keinerlei Schuld ist.»

DIE VIERTE. Der Feind achtet sehr darauf, ob eine Seele grob oder fein ist. Und ist sie fein, so besorgt er, sie je mehr ins Äußerste zu verfeinern, um sie je mehr zu verwirren und zugrunde zu richten. Wenn er zum Beispiel sieht, dass eine Seele keine tödlichen oder lässlichen Sünden in sich einlässt, noch irgend einen Schein überlegter Sünde, dann besorgt der Feind, wenn er nicht zuwege bringt, sie in etwas fallen zu lassen, was Sünde scheint, sie [wenigstens] eine Sünde sich einbilden zu lassen, dort, wo keine ist; wie etwa bei einem Wort oder einem geringsten Gedanken. Ist die Seele grob, so besorgt der Feind, sie je mehr zu vergrößern; er wird zum Beispiel, wenn sie vorher kein Wesen aus lässlichen Sünden machte, darauf bedacht sein, dass sie aus Todsünden wenig Aufheben macht, und, wenn sie zuvor noch einige Scheu besaß, dass sie nachher sich viel weniger oder gar nichts mehr daraus macht.

DIE FÜNFTTE. Die Seele, die im geistlichen Leben voranzukommen wünscht, muss immerdar in der dem Feind entgegen gesetzten Weise verfahren. Das heißt: versucht der Feind die Seele zu vergrößern, so besorge die Seele, sich zu verfeinern. Sucht der Feind sie entsprechend bis ins Äußerste zu verfeinern, so besorge sie, sich in der Mitte zu festigen, um in allem ruhig zu werden.

DIE SECHSTE. Wenn eine solche Seele den guten Willen hat, etwas zu reden oder zu tun, was im Bereich der Kirche, im Bereich der Meinung unserer Obern liegt und zur Ehre Gottes Unseres Herrn gereicht, und es kommt ein Gedanke oder eine Versuchung von außen, jene Sache nicht zu sagen oder zu tun, Scheingründe vorstellend wie eiteln Ruhm oder irgend etwas anderes usf., dann soll sie ihren Verstand zu Gott ihrem Schöpfer und Herrn erheben, und wenn sie sieht, dass es Sein schuldiger Dienst ist oder wenigstens nicht dagegen verstößt, dann soll sie geradenwegs jener Versuchung entgegenhandeln, und ihr wie Bernhard antworten: «Weder fing ich deinetwegen an, noch höre ich deinetwegen auf.»

(aus: Ignatius von Loyola, Die Exerzitien, übertragen von Hans Urs von Balthasar, S. 99-106,108f)