

Ignatius von Loyola und die Psychologen

Das Psychologische an Ignatius und seiner Spiritualität hat seine Verehrer wie auch seine Kritiker immer wieder beschäftigt. Mit unterschiedlichem Befund, so daß man sich fragen kann: Hat sich der Sprößling einer alten adligen Familie „vom zügellosen Höfling zum kühlen Meister der Affekte“ entwickelt (René Fülöp-Miller) und mit seinen Exerzitien eine „Willenstechnik im bisher höchsten europäisch erreichten Grad“ (Ernst Bloch) geschaffen, oder war er „vor allem ein sensibler Hörer des göttlichen Wortes, eines inneren Wortes“ (Ignacio Tellechea), der auch andere zu diesem Hören und Sich-führen-Lassen anleiten wollte?

Persönlichkeit und spirituelles Profil

Die klassische Psychoanalyse meint, unsere Persönlichkeitsstruktur werde weitgehend von unserem Tribschicksal in den ersten Lebensjahren geprägt. In dieser Sicht hat bereits Sigmund Freud eine Psychobiographie Leonardo da Vincis versucht und dessen Wissensdrang als Sublimierung seiner unterdrückten Sexualität gedeutet. Auf dieser Linie stellte der Psychiater und Christentumskritiker Georg Lomer (1913) Ignatius als einen Erotiker „von südländischer Sinnenbrunst“ dar, dessen Erleuchtungen, Tränen und Halluzinationen eine Folge verdrängter Sexualität gewesen seien: ein Heiliger „voll hysterischer Überreiztheit, Aftermystik und orgiastischer Selbstbetäubung“.

Doch eine Diagnose ändert sich manchmal einfach durch einen Arztwechsel. So attestierte der Psychiater G. Hesse (1967), ganz im Gegensatz zu seinem Kollegen Lomer, Ignatius „Hyposexualität“. Er führte diese auf eine Schläfenlappenepilepsie zurück, auf die die visionären Erlebnisse wie auch das häufige Weinen sowie Momente der Sprechunfähigkeit und Bewußtlosigkeit während des Aufenthalts in Manresa und später in Rom hinweisen würden. Die Skrupel, an denen Ignatius in Manresa litt, verraten nach Hesse eine endogene „depressive Psychose anankastischer (zwanghafter) Prägung“, die stets im Wechsel mit den epileptischen Anfällen aufgetreten sei, auch in Rom, obwohl er dort sein Hirnleiden durch Askese und Arbeit „gleichsam entpsychotisierte“ – als ob so etwas allein durch Disziplin möglich wäre, und als ob man Visionen kurzerhand mit pathologischen Halluzinationen gleichsetzen dürfte.

Bei einem erneuten Wechsel hätten die Psychiater K. Heinrich und C. Walter (1995) in einem Gegengutachten zu Hesse geschrieben:

„Es ist nicht zu verstehen, wie ein progressiv Hirnkranker die Lebensleistung des Ignatius hätte erbringen können.... Die Auswertung aller zitierten Unterlagen ergibt keine Hinweise auf das Vorliegen einer psychotischen Erkrankung im Sinne einer endogenen Depression, Manie oder Schizophrenie bei Ignatius. Überzeugende Symptome einer organischen Hirnerkrankung sind ebenfalls nicht festzustellen. Der Versuch, Gründe für eine bei Ignatius bestehende Temporallappenepilepsie nachzuweisen, kann nicht überzeugen. Auch eine Persönlichkeitsstörung nach Art einer neurotischen Erkrankung ist nicht wahrscheinlich zu machen.“

79 Jahre nach Lomers Kampfschrift versuchte der amerikanische Jesuit William W. Meissner (1997) die spirituelle Entwicklung des Ignatius, den er als einen seiner geistlichen Meister schätzt, ebenfalls psychoanalytisch zu deuten. Obwohl er auch den einen oder anderen neopsychoanalytischen Autor einbezieht, zitiert und erläutert er so ausführlich Freud, daß sein Buch streckenweise wie eine Einführung in die orthodoxe Psychoanalyse wirkt, die anhand der Biographie des Ignatius illustriert werden soll.

Zu Bekehrung und Persönlichkeit des Ignatius: Meissner schildert, wie der ehrgeizige Offizier Iñigo nach der Niederlage in Pamplona und der mißglückten Einrenkung des gebrochenen Beins, die ihn nach den Maßstäben von Höflingen zu einem Krüppel machte, auf dem Krankenlager in Loyola in eine Krise geriet. Sein Selbstbild als Frauenheld und sein Ritterideal, in dem Meissner „Züge eines pathologischen Narzißmus“ sieht, weil sich Ignatius in der aussichtslosen Lage in Pamplona für unbesiegbar gehalten habe, waren in Frage gestellt. Die Werte seines bisherigen Ichideals seien stark mit libidinösen und aggressiven Elementen besetzt gewesen, denn er habe sich – entsprechend Freuds Lehre vom Ödipuskomplex – in hohem Maß mit dem Bild seines Vaters als eines phallischen, aggressiven Soldaten und Anführers mit spanischer Hypermaskulinität identifiziert. Andererseits aber habe er sich auch mit dem passiven, aufopfernden, demütigen Bild seiner Mutter identifiziert, die bald nach seiner Geburt starb. Auf dem Krankenlager habe er die idealisierten Aspekte seiner Mutter auf seine Schwägerin Magdalena projiziert, die ihn pflegte und fromm war und die er – wie Ignatius später einmal einem Novizen verriet – anziehend fand. Ihr Einfluß, verbunden mit seiner Lektüre von Heiligenviten, habe ihn in die Richtung einer Identifikation mit den Heiligen gelenkt, von denen er damals las.

Die Bekehrung habe nun beide Probleme seiner Krise gelöst: Das narzißtische Ichideal sei durch das neue spirituelle Ichideal ersetzt worden, dem himmlischen König zu dienen, durch Treue Gottes Gunst zu erlangen und so Großartigkeit zu erfahren. Ignatius habe also die Identifikation mit dem phallischen, mächtigen Vater aufgegeben und sich statt dessen stark mit seiner idealisierten, verletzlichen, frommen Mutter identifiziert, um den Preis einer „masochistisch gefärbten Unterwerfung unter die Macht und den Willen Gottes“ (Meissner 1997, 440), wobei Meissner den Begriff „masochistisch“ nicht neurotisch verstehen will. Der sexuelle

Druck habe sich gelöst in der „halluzinatorischen Vision“, in der Iñigo Maria mit dem Jesuskind sah, worin sich nach Meissners Vermutung das Bild seiner Mutter und von Magdalena spiegelte, auf die sich seine unbewußten libidinösen Impulse richteten. Auch habe er sich wohl in der Rolle des Säuglings Jesus gesehen, der von seiner idealisierten Mutter versorgt und geliebt wird. Dem sei allerdings auch eine „massive Verdrängung aller libidinösen Wünsche“ gefolgt (ebd. 439). In Manresa, wo Ignatius zunächst übermäßig fastete und von Skrupeln und Suizidgedanken heimgesucht wurde, dann aber seine Bußübungen milderte und tröstende Visionen erlebte, habe sich die Bekehrungserfahrung von Loyola wiederholt und Ignatius' Ich die Konflikte zwischen Es und zwanghaftem Über-Ich mit Erfolg lösen können.

In dieser Sicht zeichnet Meissner schließlich die Persönlichkeit des reifen Ignatius und schreibt ihm ein strenges Über-Ich und eine zwanghafte Persönlichkeitsstruktur sowie sichtliche Libidokonflikte zu. Gegen seine frühere phallische Aggression habe er in einer Reaktionsbildung das Gegenteil entwickelt: einen Masochismus, der „von Liebe durchdrungen und in den Dienst eines narzißtisch besetzten Ichideals gestellt“ war (ebd. 446). Seine Zwanghaftigkeit habe sich darin gezeigt, daß er stets kontrolliert gewesen sei, fast stündlich sein Gewissen erforscht und mit Eifer Regeln formuliert habe; er habe eben bis zu seinem Lebensende vor seinen sexuellen und erotischen Impulsen, die er streng verurteilt habe, auf der Hut sein müssen. Und so wie die edelsten Ziele nie von Triebderivaten frei seien, sei auch in seinem bewundernswerten Einsatz für die Prostituierten in Rom und für fromme Frauen sowie in seinem Charme eine „Sublimierung seiner sexuellen Triebe“ wirksam gewesen, die er nicht gänzlich verdrängen konnte.

Zu den mystischen Erfahrungen: Zu den Visionen und „Tröstungen“, die Ignatius in seinem „Geistlichen Tagebuch“ und im „Bericht des Pilgers“ berichtet, bietet Meissner zwei Erklärungen an, die ebenfalls von den erwähnten libidinösen und narzißtischen Antrieben ausgehen. Einerseits habe seine mystische Versenkung vielleicht einen Teil der tiefen – präödipalen – Sehnsucht nach der verlorenen nährenden und liebenden Mutter gestillt, und die vielen Tränen, die er vergoß, hätten wohl die Freude über die Wiedervereinigung mit ihr ausgedrückt, so daß in ihnen ein „sublimierter Ausdruck der Libido“ (ebd. 450) zu vermuten sei. Andererseits könne die Mystik des Ignatius auch als „vorrangiger Ort der Sublimierung seines Narzißmus betrachtet werden“ (ebd. 463). Der einzige Anhaltspunkt, den Meissner dazu anführt, ist seine Einschätzung, die Vision, in der Ignatius in La Storta vor den Toren Roms sah, „daß Gott Vater ihn zu Christus, seinem Sohn, stellte“ (Bericht des Pilgers, 96), sei ein Ausdruck von Selbstüberschätzung gewesen. Bei all dem will Meissner weder über die Objektivität der mystischen Erlebnisse befinden noch den spirituellen Rang des Ignatius in Frage stellen, sondern nur eine psychoanalytische Studie vorlegen.

Masochistisch, zwanghaft, skrupulös oder ...?

Meissner rückt – selbst wenn man berücksichtigt, daß er als Psychoanalytiker dazu neigt, „normale“ Eigenschaften als Abkömmlinge von Trieben zu deuten – die Persönlichkeit des Ignatius und seine mystischen Erfahrungen letztlich doch in ein pathologisches Licht. Was ist daran berechtigt? Man kann sich sicher fragen, warum Ignatius in den Exerzitien (Nr. 147) darum bitten läßt, Jesus „in aktueller Armut“ und „im Erleiden von Schmähungen und Verleumdungen“ nachfolgen zu dürfen. Ist das *masochistisch*? Vielleicht spiegelt sich hier nur sein alter Kampf gegen den maßlosen Ehrgeiz seines früheren Lebens wieder. Denn im wirklichen Leben war Ignatius bei aller Demut auf seinen guten Ruf bedacht und lehnte übertriebene, selbstquälerische Bußübungen ab.

Meissners Hinweis auf ein strenges Über-Ich mag insofern zutreffen, als auch Biographen bestätigen, daß sich Ignatius so stark kontrolliert hat, daß er selten spontan war. Die „Triebimpulse“ (Meissner), die er dabei zu beherrschen hatte, bestanden wohl vor allem in seinem cholerischen Temperament, das ihn zu rauhem Tadel, den berühmten „Hüten“, verleiten konnte. Doch dann waren da noch die heftigen Schmerzen, die sein Gallensteinleiden verursachte und die er sich nicht anmerken lassen wollte. Hinzu kam die Rolle, die er als Ordensgründer und Vorbild übernehmen mußte. Wenn ihn sein Mitarbeiter Luis Gonçalves da Câmara als „Herr über seine inneren Leidenschaften“ sowie „zu allen freundlich und vertraulich mit niemandem“ (Gonçalves 1988, 26, 89) charakterisiert, sollte man nicht übersehen, daß diese Selbstkontrolle mit einer heiteren Ausstrahlung einherging, die – wie Gonçalves meint – bereits als solche „Personen von hoher Qualität“ zum Eintritt in den Orden bewegen konnte. Sie veranlaßte auch den Ignatius-Vertrauten Jerónimo Nadal zu der Bemerkung, er begegne anderen, „wie jemand, der die Seele küßt und sich ihr mild und ruhig einschmiegt“. Seine Selbstkontrolle war auch mit einem außergewöhnlichen Einfühlungsvermögen gepaart, und seine Sorge um die Kranken und die anderen Mitbrüder, ließ ihn einmal sagen, wenn es möglich wäre, würde er gern erfahren, wie viele Flöhe seine Missionare in Indien jede Nacht beißen. Nicht zuletzt zeigen auch seine Briefe an Frauen, wie er sich in deren Probleme hineinendenken konnte (Rahner 1956). Diese Züge übersieht Meissner.

Neigte der Ordensgeneral, der so oft sein Gewissen erforschte, zu *Zwanghaftigkeit* und *Skrupulosität*? Dazu sollte man bedenken, daß für ihn die Gewissensforschung eindeutig positiv damit beginnt: „Gott unserem Herrn Dank zu sagen für die erhaltenen Wohltaten“ (Exerzitien Nr. 43). Wie Ignatius schließlich die Fehler sieht, die er bei sich entdeckt, zeigen folgende Äußerungen. In seinem Geistlichen Tagebuch erwähnt er ohne genauere Angaben, daß er „in gewissen Dingen gefehlt hatte“. Deswegen verfiel er aber keineswegs in Verdammungsängste, sondern empfand nur „eine gewisse Beschämung“, bat um Verzeihung und

verspürte alsbald die Zuneigung von Gott-Vater (16.2.1544). Fehler – das sind für ihn Störungen in der Beziehung zu Gott, für die er ein so feines Gespür entwickelt hatte. Sie sind für ihn auch Hindernisse, mit Gott liebesfähig zu werden. So schreibt er an die Benediktinerin Teresa Rejadella, der er von übertriebener Selbstbeschuldigung abriet:

„Und bezüglich der persönlichen Übel ist es gewiß notwendig, daß ein jeder, der sich kennt, sie bei sich selbst anerkennt. Denn im Stand des gegenwärtigen Elends wird es sie immer geben, bis unsere Schlechtigkeit im Feuerofen der *ewigen Liebe Gottes* unseres Schöpfers und Herrn gänzlich aufgezehrt wird, wenn unsere Seelen von ihm durchdrungen und gänzlich in Besitz genommen worden sind und er sich unsere Willen gänzlich angeglichen hat, ja sie in jenen Willen umgeformt hat, der die wesenhafte Geradheit und *vollkommene Liebe* selbst ist. Doch gewähre seine unendliche Barmherzigkeit uns allen zumindest, daß wir jeden Tag eine jede unserer Unvollkommenheiten und Armseligkeiten mehr verspüren und verabscheuen und mehr dazu gelangen, am ewigen Licht seiner Weisheit teilzuhaben und zusammen mit ihr seine *unendliche Güte und Vollkommenheit* gegenwärtig zu haben“ (Briefe und Unterweisungen 1993, 208f.).

Gott als „ewige Liebe“ und „unendliche Güte“: Meissner, der doch das Mütterliche in Ignatius' Gottesvorstellung so betont, hätte erkennen müssen, daß sich Menschen, die zu Skrupulosität und Zwanghaftigkeit neigen, Gott anders vorstellen: als Richter und Rächer.

Und die Tränen, von denen Ignatius in den Tagebuchfragmenten, die Notizen zu 138 Tagen enthalten, 175 Mal spricht? Der Biograph Cándido de Dalmases (1989) erwähnt diese Zahl kommentarlos, sein Kollege Ignacio Tellechea (1986) gesteht, daß sie ihm ein Rätsel ist. Einerseits stand Ignatius sicher in einer uns fremd gewordenen jahrhundertealten spirituellen Tradition, wenn er die „Gabe der Tränen“ als göttlichen Gunstbeweis schätzte. Andererseits verrät sein häufiges Weinen im Gebet und beim Zelebrieren der Messe seine starke Emotionalität, die sich auch darin zeigen konnte, daß er vor religiöser Ergriffenheit nicht mehr sprechen konnte, sich ihm die Haare aufrichteten, Hitze den Körper durchflutete (Tagebuch 8.2.1544) und er im Alter manchmal erkrankte, nachdem er die Messe gefeiert hatte. Allerdings empfand er dieses Übergreifen „des höheren Seelenteiles auf den niederen“ als „warm“, „licht“, „süß“ und „wohlschmeckend“, vergoß also keine Tränen der Trauer oder Reue. Vielleicht waren seine Tränendrüsen auch besonders erregbar. Er konnte den Stellenwert der „Gabe der Tränen“ auch relativieren, wenn er schrieb, sie sei „nicht notwendig noch einfachhin für alle gut“ und führe nicht automatisch zu mehr Liebe und Hingabe im „höheren Teil der Seele“ (Briefe und Unterweisungen 1993, 524).

Meissner sieht in den Tränen des Ignatius einen Hinweis auf die Wiedervereinigung mit der nährenden und liebenden Mutter. Dafür gibt es jedoch keinerlei Beleg, weil niemand weiß, wie Ignatius den frühen Verlust seiner Mutter empfunden hat. Auch über seine Beziehung zum Vater wissen wir fast nichts. Alles, was Meissner

dazu als „Hypothese“ vorlegt, ist pure Spekulation aufgrund des psychoanalytischen Systemzwangs, den er sich selbst auferlegt hat. Warum sollen die mystischen Erlebnisse des Ignatius in der Sehnsucht nach der verlorenen Mutter (bzw. in einer Sublimierung seines Narzißmus) wurzeln? Teresa von Avila erlebte religiöse Ekstasen, ohne ihre Eltern früh verloren zu haben, und Ignatius hat die Symbolik der Brautmystik nie übernommen, sondern eher von der göttlichen Majestät gesprochen. Meissner preßt Ignatius in eine orthodoxe Psychoanalyse, deren Axiome größtenteils überholt sind: Die akademische Psychologie weiß zwar auch um unbewußte Vorgänge und um die Bedeutung von Sexualität und Selbstwertstreben; sie erklärt dies alles aber weder mit „primärem Narzißmus“ noch mit Sublimation und hat nachgewiesen, daß die Ödipus-Problematik keineswegs zur normalen Entwicklung des Kindes gehört (Greve u. Roos 1996).

Die gleiche dogmatische Enge zeigt der Essay, in dem Eduardo Montagne (1991) den Ignatius der römischen Jahre streng psychoanalytisch, allerdings positiver als Meissner, beschrieben hat. Indes interpretierte Louis Beirnaert (1964), ausgehend von Freud und Jacques Lacan, die Erfahrungen in Manresa als Befreiung aus der imaginären Machtwelt des Narzißmus, auf die Ignatius mit seinem asketischen Heroismus zunächst noch fixiert gewesen sei. Seine Beobachtungen zu den verschiedenen Erscheinungen in Manresa sind originell, doch sollte man weder Visionen noch Träume von außen, ohne Beteiligung der Betroffenen, deuten.

Was würde die akademische Psychologie, die kein geschlossenes Menschenbild kennt, sondern nur bescheiden einzelne Schwerpunkte erforscht, zu Ignatius bemerken? Sicher dies, daß er überaus willensstark und zielstrebig war, „ein geborener Führer, um den man sich spontan schart“ (Ravier 1982, 447). Ebenso, daß er – wie andere Christen auch, nur stärker ausgeprägt – eine Emotions- und Verhaltensregulation entwickelt hat, die über wirksame Strategien zur Bewältigung von Belastungen verfügte, bei denen er auf tröstende und ermutigende religiöse Überzeugungen und seine intensive Verbundenheit mit Gott im Gebet zurückgreifen konnte. Bezeichnend ist seine Äußerung, selbst wenn das Schlimmste passierte, wenn der Papst seinen Orden aufheben würde, wäre er nach einer Viertelstunde Gebet so fröhlich wie zuvor oder noch fröhlicher (Gonçalves 1988, 182).

Andererseits gehörten zu dieser Emotionsregulation aber auch Befriedigungsstrategien, in denen er seine tief verinnerlichten spirituellen Wertüberzeugungen so einzusetzen wußte, daß sie positive Erfahrungen wie Selbstwertgefühl, Hoffnung, Sinn-erfüllung, Dank und Freude steigern konnten. Seine ausgeprägte emotionale Reaktionsbereitschaft, die beispielsweise durch Musik bis zur Ekstase aktiviert werden konnte, hat ihn wohl, zusammen mit seiner starken Konzentrationsfähigkeit, für religiöse Ergriffenheit („Tröstungen“) und Visionen disponiert. Bei all dem lebte Ignatius „in ständiger geistlicher Anspannung, so daß er sich manchmal sogar davon ablenken mußte“ (Dalmases 1989, 235).

Die Geistlichen Übungen – ein Willenstraining?

Kann man spirituelle Erfahrungen, wie Ignatius sie erlebte, so reflektieren und daraus Anleitungen zum Meditieren erarbeiten, daß andere Gläubige gefördert, aber nicht dem Profil des Vermittlers angepaßt werden? Ignatius hat es in seinen Geistlichen Übungen (Exerzitien) versucht, und Franz von Sales meinte, sein kleines Büchlein habe mehr Bekehrungen bewirkt, als es Buchstaben zähle.

Das häufigste Mißverständnis, das ihm zuteil wurde, ist wohl die Ansicht, es ziele auf ein Willenstraining. Das ist erstaunlich, denn einem solchen Verdacht leistet allenfalls die Anregung Vorschub, man solle – um sich eine bestimmte Sünde oder einen Fehler abzugewöhnen – eine Zeitlang jeden Tag die Zahl der Rückfälle auf einer Linie eintragen, um so zu sehen, ob man sich gebessert hat (Nr. 24–31). Dieser Vorschlag ist allerdings unverbindlich, und im übrigen arbeitet auch die Verhaltenstherapie ähnlich mit kleinen, überprüfbaren Schritten (Villapecellin 1989). Alles übrige, was in den Exerzitien empfohlen wird, ist – außer einigen Regeln – auf Sensibilisierung sowie Sich-führen- und Bestärken-Lassen vom Geist Gottes ausgerichtet.

Fragt man, was die Psychologie zum Verständnis der Exerzitien beitragen kann, so zeigt sich bald, daß sie in verschiedene Denkschulen zerfällt. Bei einem internationalen Symposion, das 1989 zum Thema „Psychologie und ignatianische Exerzitien“ in Salamanca abgehalten wurde, hat man Referate aus der Sicht der Psychoanalyse, der Analytischen Psychologie von Carl Gustav Jung, der kognitiven Therapien, der Gestalttherapie und des Neurolinguistischen Programmierens vorgelesen. Ein ähnliches Kaleidoskop von Ansätzen bietet eine Studie des Religionspsychologen Thorvald Källstad (1978). Am umfassendsten gerät freilich der Erklärungsanspruch der Jungschen Psychologie, der es naheliegt, den gesamten Exerzitienprozeß in ihrem Sinn zu deuten.

Als erster hat dies C. G. Jung selbst vorgeführt. Er kommentierte die Geistlichen Übungen, die er nie gemacht hat, im Rahmen eines Vergleichs zwischen „östlicher“, nach innen gerichteter und „westlicher“, nach außen, zur Aktivität drängender Spiritualität (Jung 1939–1940; Becker 2001). Zu letzterer rechnet er die Exerzitien, die die Meditation „militarisiert“ und zur Willensschulung gemacht hätten (Becker 2001, 339). Jung sieht jedoch im östlichen wie im westlichen Weg eine Bestätigung seiner Ansicht, daß jeder Mensch bewußte und unbewußte Persönlichkeitsanteile verbinden und seine Gegensätze (Männlich-Weiblich, Gut-Böse) in einer Ganzwerdung (Individuationsprozeß) versöhnen muß. Dies sei auch das Ziel der Exerzitien. Der Übende solle seine gegensätzlichen Impulse zu einer Einheit zusammenführen und ganz werden wie Christus, in dem Jung (wie auch in Buddha) ein Symbol gegensatzverbindender Ganzheit sieht. Das sogenannte „Fundament“ am Beginn der Exerzitien ordne alles auf Christus hin, weil das bewußte Ich in das größere Selbst integriert werden müsse. Die erste Exerzitienwoche mache mit der Sünde den

„Schatten“ in uns bewußt, und die weiteren Betrachtungen verwiesen auf Christus als den archetypischen Menschen, der aus der Fülle komme, während die Schlußbetrachtung „zur Erlangung der Liebe“ zeige, daß der Mensch nicht nur aus seinem Bewußtsein und seinem Willen leben könne, sondern vom Unbewußten als seiner schöpferischen Quelle abhängt.

Auch andere Autoren haben den Exerzitienprozeß vom Individuationsprozeß her zu deuten versucht – sei es, daß sie die vier Exerzitienwochen mit den vier Stufen – Bekenntnis, Aufklärung, Erziehung, Verwandlung – in Beziehung setzten, in die Jung den Therapieprozeß einmal eingeteilt hat (Meadow 1989), sei es, daß sie in ihnen den Wandel von einem bewußten zu einem Ganzheits-Ich vorgezeichnet sahen (Filella 1991) oder Anregungen erblickten, um mit der bestentwickelten, führenden und bewußten „Hauptfunktion“ zu arbeiten, aber auch die ihr gegenüberüberliegende, weitgehend unbewußte sogenannte inferiore Funktion (etwa Fühlen als inferiore Funktion des Denktypus oder Denken als die des Fühltypus) zu entwickeln, damit die Ganzwerdung fortschreiten kann (Frick 1996).

Alle diese Deutungen sind im Hinblick auf Jungs Theorie systemkonform, aber exerzitienfremd. Gewiß soll man in den Exerzitien auch auf halbbewußte und widersprüchliche Impulse achten, aber ihr Hauptanliegen ist keine Therapie, sondern eine spirituelle Erneuerung und Ausrichtung („Wahl“). Dabei sehen sie in Christus sicher mehr und anderes als einen Archetyp der Ganzheit. Wenn man die Sündenthematik der ersten Woche als Auseinandersetzung mit dem „Schatten“ versteht, darf man diesen dann gleich für eine relativ autonome Teilpersönlichkeit halten, die sowohl im individuellen als auch im kollektiven Unbewußten wurzelt? Erklärt man auf diese Weise die Exerzitien, oder benützt man sie nur dazu, um Jungs Analytische Psychologie getreulich durchzubuchstabieren – eine psychologische Richtung, die in der Praxis viel Gutes bewirken mag, deren theoretische Grundannahmen aber mangels empirischer Begründbarkeit nicht anschlufähig sind an eine wissenschaftliche Psychologie.

Wie kann man von einigermaßen gesicherten Erkenntnissen aus den spirituellen Weg, den die Exerzitien anregen wollen, psychologisch erhellen? Jeder Verstehensversuch sollte von der Einsicht ausgehen, daß es ihr Ziel ist, den Übenden *sensibel* werden zu lassen für die Werte des Reiches Gottes (den „Ruf unseres Herrn“) und ihn zu befähigen, diese Orientierung in einer konkreten Entscheidungssituation bzw. im Hinblick auf ein Lebensziel zu erspüren, indem er sich *vom Geist Gottes führen läßt*. (Im Kern des Exerzitienbuchs spricht Ignatius nur deshalb nie vom Heiligen Geist, weil er sich nicht dem Verdacht des Illuminismus aussetzen wollte.) Fernziel ist – psychologisch gesprochen – eine spirituelle Emotions- und Verhaltensregulation, wie sie Ignatius gefunden hat, wie sie aber jede und jeder für sich suchen soll.

Sensibilisierung: das „Innerlich-die-Dinge-Verspüren“

Daß es ihm um eine Sensibilisierung geht, erklärt Ignatius bereits in der zweiten einleitenden Bemerkung: „Nicht das viele Wissen sättigt und befriedigt die Seele, sondern das Innerlich-die-Dinge-Verspüren-und-Schmecken“ (Nr. 2). Doch welche Hinweise gibt er dazu, und was beabsichtigen diese psychologisch? Die Forschung hat sich bisher wenig mit solchen Fragen befaßt, und es ist auch nicht leicht, sie zu untersuchen. Doch lassen sich von der Emotionspsychologie her einige plausible Hypothesen formulieren (Grom 1996, 254–264). Für sie sind Emotion (Erleben) und Kognition (Wahrnehmen, Denken, Überzeugungen) relativ eigenständige Subsysteme der Persönlichkeit, die miteinander übereinstimmen, einander widerstreiten oder neutral koexistieren können. Welche Hilfen oder „Psychotechniken“ tragen nun dazu bei, daß religiöse Überzeugungen dank Meditation so mit der emotionalen Reaktionsbereitschaft gekoppelt werden, daß sie – statt „kalte“ Kognitionen zu bleiben – vom Üben mit stärkerer gefühlsmäßiger Resonanz wahrgenommen werden? (Der Begriff Psychotechniken will die Exerzitien keineswegs auf eine Selbstmanipulation reduzieren, sondern nur die Bedingungen untersuchen, die die subjektive Wahrnehmung der geglaubten Wirklichkeit fördern oder hemmen.) Die Koppelung von Emotionen mit Objekten durch Kognition kann ja das Erleben weit über die Triebobjekte hinaus an verschiedene Gegenstände binden, was Freud fälschlich als Sublimierung von Trieben aufgefaßt hat (Izard 1981, 72).

Religiöse Überzeugungen können dadurch erlebensbedeutsam werden, daß man sie nicht nur als Gegenstand des Erkenntnisinteresses vermittelt, sondern auch als Antwort auf *nichtkognitive Motive*. Genau dies geschieht, wenn die Exerzitien die Betrachtungsinhalte in der Ersten Woche auf die Einsicht in das Verkehrte im bisherigen Leben (Reue) und in den weiteren Wochen auf die Orientierung an Jesus konzentrieren.

Ergänzend dazu setzt Ignatius ein weiteres Mittel der Sensibilisierung ein, wenn er vor jeder Meditation oder Kontemplation um das bitten läßt, „was ich begehre und ersehne“ (Nr. 48, 76, 104, 139, 193, 221), nämlich: Reue über meine Sünden, Liebe zu Jesus und die Bereitschaft, ihm nachzufolgen, Schmerz mit dem leidenden Jesus und Freude mit dem Auferstandenen. Damit baut der Übende eine Erwartung auf, die es ihm erlaubt, unwillkommene Einfälle und Regungen zurückzustellen und seine Aufmerksamkeit auf den gewählten Meditationsinhalt und den erstrebten Gefühlszustand zu konzentrieren. Die Assoziationen werden durch die Erwartung in die gewünschte Richtung gelenkt und die allgemeine emotionale Reaktionsbereitschaft mit einem kognitiven Inhalt gekoppelt. Die Erwartung wird auch dadurch unterstützt, daß man sich den Betrachtungsgegenstand vor dem Einschlafen und beim Aufwachen in Erinnerung ruft (Nr. 73, 130).

Das Erleben soll auch durch Reizkontrolle gefördert werden: Die Betrachtungen sind an einem ruhigen Ort und im Schweigen zu machen (Nr. 20), d. h. man redu-

ziert die Stimulation durch Umweltreize (sensorische Deprivation) und auch die Vigilanz ihnen gegenüber, damit sich die Aufmerksamkeit stärker auf die Innenwelt der eigenen Gedanken und der Gefühle, die sie auslösen, richten kann. Dazu kann man, an den Tagen, wo man über Schuld und Sünde meditiert, das Zimmer abdunkeln oder bei freudigen Themen Helle einsetzen (Nr. 79, 130).

Im Unterschied zu manchen heute verbreiteten Meditationsrichtungen schreibt Ignatius keine bestimmte Körperhaltung beim Gebet vor; vielmehr soll ich in der Haltung meditieren, „in der ich das leichter zu erreichen hoffe, was ich begehre“ – sei es kniend, auf dem Boden ausgestreckt, sitzend oder stehend (Nr. 76). Es ist, als habe er darum gewußt, daß sich bestimmte Gefühle dann leichter einstellen, wenn der Körper entspannt ist – was sich auch aus der verhaltenspsychologischen Theorie der reziproken Hemmung ergibt – und daß man durch eine symbolische Haltung oder Gesten den Ausdruck von Gefühlen erleichtern und sie damit verstärken kann.

Während Johannes vom Kreuz nur dem Anfänger Vorstellungshilfen im Gebet zugesteht und die Zen-Tradition sie auch diesem verwehrt, laden die Exerzitien wie selbstverständlich zum Einsatz von Imaginationen ein. Ist ihr Verfasser gar „der Autor der ersten Imaginationstechnik der modernen Welt“ (Court-Payen 1971, 16)? Auffallend ist jedenfalls, daß er den Übenden bei allen Betrachtungen auffordert, von einem „Aufbau des Schauplatzes“ (*composición viendo el lugar*) auszugehen (Nr. 47, 91, 112, 138, 143 ff., 192, 202, 220, 232). Er kann diesen imaginativen Raum dadurch schaffen, daß er einen unsichtbaren Zustand symbolisiert – etwa die eigene Sündhaftigkeit als Verbanntsein unter Tieren oder den Heilswillen Jesu als Aufruf eines Feldherrn, sich von Besitzgier und Geltungssucht zu lösen und mit ihm für das Gute zu kämpfen – oder bei Betrachtungen zum Leben Jesu den „körperlichen Ort“, an dem sich Jesus befindet, „mit der Sicht der Vorstellungskraft sieht“ (Nr. 47). Bei letzterem ist keine historisierende Rekonstruktion gemeint, und die Betrachtung einer Bibelillustration wäre dazu wahrscheinlich völlig ungeeignet, vielmehr soll der Übende wohl sein eigenes inneres Bild aufbauen, das die Stimmung ausdrückt, die er – ähnlich wie in einer Symbolisierung – mit dem Betrachtungsinhalt verbindet. Eine „Aktive Imagination“ im Sinn C. G. Jungs ist der „Aufbau des Schauplatzes“ nicht, weil der Übende, bei aller Kreativität, ja nicht spontane Einfälle aller Art kommen lassen und bearbeiten soll; dies unterscheidet diesen „Aufbau“ auch vom „Katathymen Bilderleben“, das solche Einfälle durch halbstrukturierte Situationen (Wiese, Berg, Autostop) induziert.

Der Aufbau des Schauplatzes stellt den Betrachtenden unmittelbar in den Betrachtungsgegenstand. Vielleicht aktiviert seine Symbolik auch das Erleben durch ihre Ähnlichkeit mit visuellen Schlüsselreizen eigener Erfahrungen, und vermutlich aktivieren Imaginationen das Erleben auch dadurch, daß sie es der Aufmerksamkeit, die gewohnt ist von Gegenstand zu Gegenstand zu huschen, ermöglichen, bei

einem Inhalt zu verweilen und ihn länger auf sich wirken zu lassen. Dies ist vielleicht auch die Aufgabe der „Anwendung der fünf (geistlichen) Sinne“, mit der jeder Betrachtungstag abgeschlossen werden soll (Nr. 121–126). Eine solche Sicht mag minimalistisch erscheinen, doch ist die Beziehung zwischen Imagination (die nach Ignatius auch das geistliche Hören, Riechen, Schmecken und Betasten umfaßt) und Emotion psychologisch nicht befriedigend geklärt.

Leichter zu verstehen ist hingegen, warum Ignatius Betrachtungen *wiederholen* läßt (Nr. 62, 64, 118, 226). Das ist Sensibilisierung pur, denn hier soll ich keine intellektuelle Gedächtnisübung vollziehen, sondern „auf die Punkte merken und bei ihnen innehalten, wo ich größere Tröstung oder Trostlosigkeit oder größeres geistliches Verspüren erfahren habe“ (Nr. 62): Eine Ansprechbarkeit, die sich gezeigt hat, soll vertieft und Widerstände sollen überwunden werden.

Sich führen lassen: Trost, Unterscheidung der Geister und Wahl

Unterstützt von den erwähnten Sensibilisierungshilfen sollen die Betrachtungen den Übenden dazu befähigen, im Blick auf Jesus den Ruf zur Nachfolge zu vernehmen, ihn sich als Lebensziel zu eignen zu machen und auf anstehende Entscheidungen hin in einer „Wahl“ – wenn es beispielsweise um die Übernahme eines Amtes geht – zu konkretisieren (Nr. 169–189). Mit kognitiven Psychotherapie-Ansätzen gesprochen, soll der Glaube an Christus zu emotional bedeutsamen, „warmen“ Kognitionen werden und zu einer Neubewertung („kognitiven Umstrukturierung“, biblisch: Bekehrung) der eigenen Person und ihrer Ziele aufgrund der Werte Jesu führen (Bonet 1991).

Solche Ziele hat die neuere Psychologie unter Begriffen wie persönliche Ziele, current concerns, personal projects, life tasks und personal strivings untersucht (Brunstein u. Maier 1996). Es ist nun eine Besonderheit der Exerzitien, daß Ignatius zusätzlich zum rationalen Bedenken von Gründen und Gegengründen (also nicht als Ersatz dafür) dem Bestärkt- und Geführtwerden durch geistliche „Tröstung“ großes Gewicht beimißt und zur „Unterscheidung der Geister“ anleitet, damit man sich während der Wahl richtig verhält (Nr. 313–336). Dabei unterscheidet er eine Zeit und Verfassung, „in der man genug Klarheit und Erkenntnis gewinnt aus Erfahrung von Tröstungen und Trostlosigkeiten und aus der Erfahrung der Unterscheidung der Geister“ (Nr. 176) und einen emotional ruhigeren Zustand, in dem das vernünftige Erwägen des Für und Wider im Vordergrund steht. Doch soll der Übende danach seine Wahl Gott „anbieten, damit seine Majestät sie annehmen und bestätigen wolle, wenn es ihr größerer Dienst und Lobpreis ist“ (Nr. 183) – so wie Ignatius in seinem Geistlichen Tagebuch die Entscheidung über die Armut der Jesuitenhäuser mehrmals überdacht und Gott angeboten hat in der Hoffnung, er möge sie durch eine Trosterfahrung bestätigen.

Die Rede von der „Unterscheidung der Geister“ geht zwar auf die Bibel zurück (1 Kor 12, 10; 1 Joh 4, 1) und hat in der Spiritualität eine lange Tradition, wirkt heute aber mißverständlich, weil inspiratorisch bzw. spiritistisch. Der Begriff „Geist“ (spiritus) hatte im Mittelalter mehr Facetten als heute, und beim Unterscheiden geht es nicht in erster Linie um die Bestimmung, ob der gute oder der böse Geist am Werk ist, sondern ob die „Bewegungen“ (mociones), die man erlebt, mit Gott übereinstimmen oder nicht (Bakker 1970, 298), „damit nur die guten angenommen, die bösen zurückgewiesen werden“ (Nr. 313). Geistliche Tröstung versteht Ignatius zwar emotional als „Zunahme an Hoffnung, Glaube und Liebe und alle innere Freudigkeit“, aber stets auch erkenntnisgeleitet, „postkognitiv“ als Ermutigung, die sich aus der „Liebe zu ihrem Schöpfer und Herrn“ ergibt und „zu den himmlischen Dingen ruft und hinzieht“ (Nr. 316) – nicht nur als gutes Gefühl (Zollner 2004). Geistliche Trostlosigkeit ist im Gegensatz dazu: Mutlosigkeit in religiösen Dingen, Verwirrung und Gedanken, die Glaube, Hoffnung und Liebe mindern und einen von Gott trennen (Nr. 317).

Welche Art von Bestätigung erwartet nun Ignatius in den beiden erwähnten Wahlzeiten? Welche können wir erwarten? Etwa Inspirationserlebnisse? – Nein, denn diese bestünden aus konkreten Eingebungen und machten ein eigenes Erwägen, Wählen und Bestätigen-Lassen überflüssig. Hoffen er und wir auf eine nonverbale emotionale Antwort, die im Wachsen von Hoffnung, Glaube und Liebe oder auch in Tränen besteht und die Gott dem Beter gibt, der ihn in seiner Menschen-sprache anspricht? So deutet Peter Hans Kolvenbach SJ (1995) die Bitte um Bestätigung: „Gott und Mensch geben sich Zeichen, der eine durch die menschliche Sprache, der andere, indem er auf das menschliche Herz mit Hilfe von Regungen und Bewegungen wirkt.“

Eine bedenkenswerte Auslegung. Allerdings wird der Psychologe fragen, ob nicht alle religiösen „Regungen und Bewegungen“, die nicht ausgesprochene Wunderwirkungen sind, voraussetzen, daß *wir* die entsprechenden Glaubensüberzeugungen (Kognitionen) aktivieren, denn religiöse Emotionen entstehen ja nicht „gedankenlos“ wie Körpergefühle; sie erfordern unsere Gebetsaktivität. Warum sollte das bei der Bestätigung durch Trosterfahrungen anders sein? Damit muß man nicht einem radikalen Konstruktivismus und Subjektivismus verfallen, denn wahre Glaubensüberzeugungen richten sich ja auf die objektive Wirklichkeit Gott, und das Unverfügbar-Gnadenhafte an ihnen liegt darin, daß der Mensch diese Wirklichkeit und diesen Wert – Gottes Liebe – vorfindet und nicht erfindet. Ein weiterer theologischer Einwand, der gleichzeitig die psychologische Betrachtungsweise legitimiert: Ist es angemessen, daß man sich die „Führung“ durch den Geist Gottes als Vielzahl von Interventionen denkt, die je nach den erbetenen Anfragen des Menschen erfolgen, oder erhalten wir eine – allerdings nur allgemeine – bestätigende Antwort nicht dadurch, daß wir den erfüllenden Wert und Sinn einer Wahl erfahren, indem wir sie im Licht des höchsten Werts und Sinns erwägen und dabei Hoffnung, Glaube und Liebe erleben, denn:

„Gott ist sehr beflissen, allzeit bei den Menschen zu sein. ... Nie hat ein Mensch nach irgendetwas so sehr begehrt, wie Gott danach begehrt, den Menschen dahin zu bringen, daß er ihn erkenne. *Gott ist allzeit bereit, wir aber sind unbereit.* Gott ist uns ‚nahe‘, wir aber sind ihm fern; Gott ist drinnen, wir aber sind draußen; Gott ist (in uns) daheim, wir aber sind in der Fremde“ (Meister Eckhart, Predigt 36 zu Lk 21, 31).

LITERATUR

Psicologia y Ejercicios Ignacianos, hg. v. C. Alemany u. J. A. Garcia-Monge, 2 Bde. (Bilbao o. J., 1991); L. Bakker, Freiheit u. Erfahrung. Redaktionsgeschichtliche Untersuchungen über die Unterscheidung der Geister bei Ignatius von Loyola (Würzburg 1970); K. L. Becker, Unlikely Companions. C. G. Jung on the Spiritual Exercises of Ignatius of Loyola (Leominster 2001); L. Beirnaert, L'expérience fondamentale d'Ignace de Loyola et l'expérience psychanalytique, in: ders., Expérience chrétienne et psychologie (Paris 1964) 291–329; J. V. Bonet, La terapia racional-emotiva (RET) y los Ejercicios Espirituales, in: Alemany u. Garcia-Monge (1991) Bd. 2, 390–395; J. C. Brunstein u. G. W. Maier, Persönliche Ziele: Ein Überblick zum Stand der Forschung, in: Psychologische Rundschau 47 (1996) 146–160; Ph. Court-Payen, Les Exercices Spirituels d'Ignace de Loyola (technique synthétique d'Imagerie Mentale), in: Psychothérapies 3 (1971) Juli–Okt.; C. Dalmases de, Ignatius von Loyola. Versuch einer Gesamtbibliographie des Gründers der Jesuiten (München 1989); J. Filella, Los Ejercicios Espirituales y la psicología de Carl Gustav Jung, in: Alemany u. Garcia-Monge (1991) Bd. 1, 310–329; E. Frick, Bewußtwerden des typologischen Umschwungs in den „Exerzitien“ des Ignatius von Loyola, in: Analytische Psychologie 27 (1996) 89–118; L. G. Gonçalves da Câmara, Memoriale. Erinnerungen an unseren Vater Ignatius. Mskr. (Frankfurt 1988); W. Greve u. J. Roos, Der Untergang des Ödipuskomplexes. Argumente gegen einen Mythos (Bern 1996); B. Grom, Religionspsychologie (München 1996); K. Heinrich u. Ch. Walter, Ignatius von Loyola – genial oder psychisch krank? in: Fortschritte der Neurologie. Psychiatrie 63 (1995) 213–219; G. Hesse, Anfallsleiden u. Psychose Loyolas. Ein medizin-historischer Beitrag zum alternierenden Auftreten psychomotorischer bzw. -sensorischer Anfälle u. endoformer depressiver Psychose, in: Der Nervenarzt 38 (1967) 192–207; Ignatius von Loyola, Der Bericht des Pilgers, in: ders., Gründungstexte der Gesellschaft Jesu. Deutsche Werkausgabe Bd. 2 (Würzburg 1998) 1–84; ders., Briefe u. Unterweisungen, in: ders., Deutsche Werkausgabe Bd. 1 (Würzburg 1993); C. E. Izard, Die Emotionen des Menschen (Weinheim 1981); C. G. Jung, Modern Psychology. Lectures at the Federal Institute of Technology (ETH), Zürich, Privately printed for student use, Bd. 4: „Exercitia Spirituality“ of St. Ignatius of Loyola, June 1939–March 1940, Mskr. (C. G. Jung Institut, Zürich); Th. Källstad, Ignatius Loyola and the Spiritual Exercises: A psychological study, in: Psychological Studies on religious man, hg. v. dems. (Uppsala 1978) 13–45; P. H. Kolvenbach, Meister Ignatius, Mann des Wortes, in: Korrespondenz zur Spiritualität der Exerzitien 45 (1995) 66, 17–29; G. Lomer, Ignatius von Loyola. Vom Erotiker zum Heiligen. Eine pathographische Geschichtsstudie (Leipzig 1913); M. J. Meadow, Four stages of spiritual experience: A comparison of the Ignatian exercises and Jungian psychotherapy, in: Pastoral Psychology 37 (1989) 172–191; W. W. Meissner, Ignatius von Loyola. Psychogramm eines Heiligen (Freiburg 1997); E. Montagne, Identidad espiritual y psicoanálisis. Una aproximación psicoanalítica a la autobiografía de San Ignacio de Loyola, in: Alemany u. Garcia-Monge (1991) Bd. 2, 253–270; Ignatius von Loyola, Briefwechsel mit Frauen, hg. v. H. Rahner (Freiburg 1956); A. Ravier, Ignatius von Loyola gründet die Gesellschaft Jesu (Würzburg 1982); A. Villapellin, Modificadores de conducta en los siglos XVI y XVII: El „examen particular“ de Ignacio de Loyola, in: Revista de Psicología General y Aplicada 42 (1989) 525–531; H. Zollner, Trost – Zunahme an Hoffnung, Glaube u. Liebe. Zum theologischen Ferment der ignatianischen „Unterscheidung der Geister“ (Innsbruck 2004).