

Igna Kramp CJ

Sr. Dr. Dr. Igna Kramp CJ ist seit 2002 Mitglied der Congregatio Jesu. Sie studierte Germanistik, Geschichte und Katholische Theologie und promovierte in Älterer Deutscher Literaturwissenschaft (2003) und Neutestamentlicher Exegese (2015). Nach ihrem Tertiat arbeitete sie im Seminar für Exegese an der Hochschule der Jesuiten in Frankfurt. Seit 2015 wirkt sie als Dozentin für Biblische Theologie im Fortbildungsinstitut für das pastorale Personal der Diözesen Fulda, Limburg, Mainz und Trier.



Igna Kramp CJ

„Warum verbirgst Du Dein Angesicht?“ (Ps 44,25)

Tröstlosigkeit auf dem geistlichen Weg

„Ich weiß nicht, was soll es bedeuten, dass ich so traurig bin?“¹ So beginnt der Dichter Heinrich Heine sein Gedicht von der Loreley. Die unwiderstehliche Schönheit auf dem Felsen am Rhein zieht die Blicke des Schiffers auf sich, so dass er nicht achtgibt auf seinen Kurs und in den Fluten des Rheins versinkt. Aber ist der Dichter nun traurig, weil der Schiffer den Tod findet? Oder ist es nicht vielmehr so, dass seine Frage, warum er traurig ist, ohne Antwort bleibt, und ihm vielleicht sogar aufgrund seiner traurigen Stimmung erst die Sage von der schönen und doch bösen Loreley in den Sinn kommt? Und braucht eine solch wehmütige Stimmung überhaupt einen Grund? Die Frage, mit der er sein Gedicht beginnt, tangiert jedenfalls zwei Grundbedin-

gungen für die Unterscheidung der Geister: Erstens nimmt der Dichter seine innere Regung der Traurigkeit wahr, und zweitens fragt er, was sie bedeuten soll.

Warum bin ich traurig? Mit dieser Frage tritt ein Mensch in die Reflexion über seine Gestimmtheit, seine inneren Regungen, ein. Er lässt sich nicht mehr einfach von ihnen treiben wie ein Blatt im Wind, sondern fragt nach ihrer Bedeutung und nach ihrem Sinn. Damit gewinnt er ein Minimum an Distanz zu sich selbst und damit einen Handlungsspielraum. Er verspürt eine Regung der Traurigkeit, aber er ist nicht die Traurigkeit, sie absorbiert ihn nicht. Die Traurigkeit ist in ihm, und zugleich betrachtet und reflektiert er sie. Das ist die Geburtsstunde der inneren Freiheit.

Trost und Trostlosigkeit

Was aber bedeutet Traurigkeit? Ignatius von Loyola, der in seinen Exerzitien eine ausführliche Kriteriologie zur Unterscheidung der Geister entwickelt hat, bietet darin viele Hilfen, um innere Reaktionen – seien sie angenehm oder unangenehm – besser zu verstehen.² Die grundlegende Unterscheidung ist die zwischen Trost und Trostlosigkeit.³ Dabei ist wichtig, dass „Trost“ nicht einfach bedeutet, „ich fühle mich gut“, bzw. „die Gefühle, die ich habe, sind angenehm“, und Trostlosigkeit auch nicht einfach heißt, „ich bin traurig“. Entscheidend ist eher, ob mich die Gefühle, die ich habe, mit Gott in Berührung bringen oder eben nicht. Trostlosigkeit ist also nicht unbedingt gleichzusetzen mit Traurigkeit. Wenn etwa jemand aus Reue über seine Sünden oder aus Empathie mit dem leidenden Christus weint, ist das zwar eine Traurigkeit, aber nicht Trostlosigkeit, weil er zugleich den Trost erfährt, sich Gott zu nähern. Wer getröstet ist, fühlt sich Gott nahe, wer trostlos ist, fühlt sich „wie von ihm getrennt“⁴. „Trostlos“ ist in dem Sinne wörtlich zu nehmen, dass der Schöpfer als Urheber des tiefsten Trostes als fern empfunden wird.

Trostlosigkeit und Abwesenheit Gottes

Solche Trostlosigkeit kann momentan, gleichsam alltäglich, aber auch über lange Zeit erfahren werden. Insbesondere im zweiten Fall kann sich (muss sich aber keineswegs!) in der Trostlosigkeit eine ernste Krise in der Gottesbeziehung einstellen. Denn die subjektive Erfahrung der Gottesferne stellt ja in Frage,

ob Gott da ist, ja im Extremfall, dass er überhaupt existiert. C.S. Lewis beschreibt in „Über die Trauer“, wie er nach dem Tod seiner Frau durch eine schwere Krankheit eine solche Krise in seiner Gottesbeziehung durchlebt. Er stellt sich die Frage: „Wo ist jetzt Gott?“ In glücklicheren Zeiten hatte er diese Frage nicht. „Aber gehe zu ihm, wenn du ihn verzweifelt brauchst, wenn alle andere Hilfe versagt – und was findest du? Eine Tür, vor dir zugeschlagen, und von innen hört es sich an, wie wenn zugeriegelt wird, doppelt zugeriegelt. Danach Stille. Du kannst dich auch gleich fortwenden. Je länger du wartest, desto nachdrücklicher wird diese Stille. In den Fenstern sieht man kein Licht. Mag sein, das Haus ist leer. War es eigentlich je bewohnt?“⁵ Lewis war ein zutiefst gläubiger Mensch, aber gerade als solcher beschreibt er diese Erfahrung. Trostlosigkeit kann für uns heute wohl eine weit grundlegendere Infragestellung unserer Gottesbeziehung bedeuten als für die biblischen Beter oder auch noch die Beter zur Zeit des Ignatius. Der Psalmist geht davon aus, dass Gott sich verbirgt – aber in solcher Abwesenheit sehr wohl da ist und sich ihm auch wieder zuwenden wird (Ps 10,1; 13,2; 44,25; 88,15; 89,47). Auch Jesus fragt im Markusevangelium Gott mit Worten des Psalms: „Warum hast Du mich verlassen?“ (Mk 15,34; Ps 22,2), genauer gesagt „Wozu hast Du mich verlassen?“⁶ Es steht aber für den Psalmisten wie für Jesus nicht in Frage, ob Gott existiert, ja wahrscheinlich nicht einmal, ob die Erfahrung seiner Abwesenheit einen Sinn hat, auch wenn dieser momentan verborgen bleibt. Das kann für den heutigen Menschen durchaus anders sein, da die Nichtexistenz

Gottes als denkerische Möglichkeit vielfältige Unterstützer findet, so dass sie sich, auch wenn der Beter sie für sich nicht annimmt, nicht leicht gänzlich wegdenken lässt. Der Zweifel an Gott ist heute eher als früher ein Zwilling der Trostlosigkeit. Unsere Zeit ist erfahrungsbetont. Karl Rahner hat hier mit seinem Wort etwas Richtiges getroffen: „Der Fromme von morgen wird ein ‚Mystiker‘ sein, einer, der etwas erfahren hat, oder er wird nicht mehr sein.“⁷ Es ist daher wichtig zu betonen, dass zur Erfahrung großer Beter wie Johannes vom Kreuz oder in unserer Zeit Mutter Teresa von Kalkutta wesentlich dazugehört hat, nichts mehr zu erfahren, bzw. Gottesferne zu durchleben. Demgegenüber scheint die Erfahrungsbezogenheit unserer Zeit eindimensional, wie auch durch die öffentliche Erschütterung bei der Veröffentlichung der privaten Notizen⁸ von Mutter Teresa deutlich geworden ist. Gott nicht zu erfahren ist etwas völlig anderes als nicht zu glauben. Und doch tut sich die Öffentlichkeit, auch in der Kirche, mit Erfahrungen der Gottesferne oft schwer.

Trostlosigkeit als alltägliche Erfahrung

Hier soll es aber nicht so sehr um die lange anhaltende Erfahrung der Gottesferne, also die „geistliche Nacht“ gehen, als vielmehr um die alltägliche Erfahrung von Trostlosigkeit. Sie hat allerdings mit ihrer „großen Schwester“ Dunkle Nacht gemeinsam, dass sie nicht sehr salonfein ist. Es wird nicht gern eingestanden, dass sie da ist. Deshalb ist zuallererst festzustellen: Es gibt auch und gerade in einem intensiven geistlichen Leben Trostlosigkeit. Es ist nor-

mal, dass sie da ist, und es hat seinen Sinn. Das ist wichtig, da diese Erkenntnis selbst in kirchlichen Kreisen – oder vielleicht sogar gerade da! – nicht selbstverständlich ist. Die Güte und Liebe und Fürsorge Gottes werden in der Verkündigung heute häufig so sehr betont, dass man sich fragen kann, wohin sich eigentlich derjenige wenden kann, der Gott als fern und unverständlich erfährt. Leicht führt diese Diskrepanz dahin, dass die Person, die sich trostlos findet, das Gefühl hat: „Ich mache etwas falsch!“⁹ Dann kommen zur Unverständlichkeit und Ferne Gottes noch das Nichtverstandenwerden und die Einsamkeit unter den Menschen hinzu. Dabei ist Trostlosigkeit doch ganz normal. Früher oder später wird sie sich, länger oder kürzer, einstellen. Falls Trostlosigkeit völlig außerhalb der inneren Erfahrungswelt liegt, muss man sich evtl. fragen, ob das an einem Umfeld liegt, in dem diese Regungen nicht da sind, weil sie nicht da sein dürfen. Manche geistliche Bewegungen betonen so sehr die Freude an Gott und am Glauben, dass kein Raum für Erfahrungen der Trostlosigkeit oder gar der Gottesferne ist.

Gründe für Trostlosigkeit

Welche Gründe hat die Trostlosigkeit? Ignatius gibt in den Exerzitien drei Gründe: 1. Weil wir lau, träge oder nachlässig in unseren geistlichen Übungen sind; 2. damit Gott uns erprobe, wie wir vorangehen, ohne ständig einen Sold von Tröstungen und anderen Gnaden zu erhalten; 3. um uns die Einsicht zu geben, dass Trost eine göttliche Gabe und nicht unser Besitz ist.¹⁰ Schon ein erster Blick lässt erkennen, dass dies

drei sehr verschiedene Gründe sind. Trostlosigkeit ist in diesem Sinne vieldeutig, und es kann nicht von der Trostlosigkeit leichtfertig auf einen dieser Gründe geschlossen werden, schon gar nicht von außen. Bereits die Kenntnis der drei Gründe kann aber helfen, mit der Trostlosigkeit umzugehen. Denn wenn der erste Grund zutrifft und ich selbst lau, träge oder nachlässig geworden bin, fordert mich die Trostlosigkeit heraus, in meinem geistlichen Leben wieder eifriger und bereitwilliger voranzugehen. Da dieser erste Grund der einzige von den dreien ist, bei dem die Ursache der Trostlosigkeit bei mir liegt, kann es sinnvoll sein, ehrlich zu prüfen, ob er zutrifft. Ist das nicht der Fall, wird die Trostlosigkeit andere Ursachen haben.

Den zweiten Grund könnte man so auf den Punkt bringen, dass es nicht darum geht, den Trost Gottes zu suchen, sondern den Gott des Trostes. Auch Trost ist nur eine Hilfe auf dem Weg zu Gott; aber auch ohne Trost haben wir weiterhin ausreichende natürliche Fähigkeiten und genügend göttliche Gnade, das Ziel unseres Lebens bei Gott und das ewige Heil zu finden.¹¹ Es fehlt uns also nichts, nur weil wir nichts fühlen. Phasen der Gottesferne zu erleben, kann helfen, wirklich Gott zu suchen, nicht den Trost. Man kann dies als Reifungsprozess verstehen. Ähnlich wie ein sehr kleines Kind schon in kurzen Phasen der Trennung von der Mutter verzweifelt reagiert, aber mit zunehmender Reife immer längere Phasen der Trennung aushalten und schließlich kreativ füllen kann, so werden auch wir im geistlichen Leben durch Trostlosigkeit in einen Reifungsprozess geführt, der uns freier gegenüber unseren inneren

Erfahrungen macht. Gott ist nicht nur da, wenn wir fühlen, dass er da ist, sondern auch sonst.

Der dritte Grund scheint dem zweiten auf den ersten Blick ähnlich zu sein: Trost wird weggenommen um einer Reifung willen. Die Stoßrichtung ist aber eine andere: Während der zweite Grund darauf zielt, dass wir auch ohne ständige Erfahrungen von Trost gut auf dem Weg sind, also unsere Eigenständigkeit eher stärkt, betont der dritte, wie wenig wir uns selbst zuschreiben können und daher, wie sehr wir trotzdem auf Gott als Urheber allen Trostes verwiesen sind. Deshalb ist es „nicht unsere Sache, große Hingabe, intensive Liebe, Tränen oder irgendeinen anderen geistlichen Trost uns zu verschaffen“¹². Es ist eben Sache Gottes.

Autoreninfo

Sr. Dr. Dr. Igna Kramp CJ
 Elsheimerstr. 9
 60322 Frankfurt am Main
 sr.igna@web.de

Die drei genannten Gründe zeigen, dass Trostlosigkeit – wenn wir von unserer Seite nicht lau geworden sind, der erste Grund also ausscheidet – etwas ist, in das Gott uns stellt und das in irgendeiner Weise zu unserem Guten geschieht, auch wenn wir das nicht verstehen und die Trostlosigkeit selbst schwer auszuhalten ist. Wer in dieser Weise Trostlosigkeit erfährt, macht eben gerade nichts falsch, sondern erfährt etwas von Gott, das ihn sehr wahrscheinlich reifen

lässt, also etwas Gutes ist, auch wenn es sich keineswegs so anfühlt. Gottes Trost ist unverfügbar, weil der Gott des Trostes unverfügbar ist. Zu meinen, einem Menschen, der Gott nahe ist, müsste es immer gut gehen, ist von daher sehr kurzschlüssig gedacht. Die biblische Überlieferung weiß demgegenüber um die Verborgenheit Gottes, und insbesondere die Psalmen lehren uns, mit dieser Unverfügbarkeit zu leben und zu beten.

Verhalten in Trostlosigkeit

Was tun in Trostlosigkeit? Ignatius rät dem, der sich in Trostlosigkeit findet, „in der Geduld auszuharren“¹³. Vielleicht hilft dazu bereits, um den Sinn der Trostlosigkeit zu wissen oder ihn mindestens zu erahnen. Nicht so, dass wir verstehen könnten, was Gott damit vorhat, dass wir Trostlosigkeit erfahren, aber doch, dass er damit etwas vorhat. Ein wichtiger Grundsatz des Ignatius für Zeiten der Trostlosigkeit ist es auch, bei seinen einmal gemachten Vorsätzen zu bleiben.¹⁴ Denn die Irritation, die in der Trostlosigkeit eintreten kann, und der Wunsch, ihr zu entkommen, kann leicht dazu verleiten, äußere Dinge ändern zu wollen, „damit es mir wieder gut geht“. Gerade in der Trostlosigkeit neigen wir aber dazu, uns von ungeordneten Beweggründen leiten zu lassen und nicht das Rechte zu treffen. Daher ist eine Phase der Trostlosigkeit keine gute Zeit, Entscheidungen zu treffen. Ignatius rät dagegen dazu, sich *gegen die Trostlosigkeit* zu ändern¹⁵, d.h. noch mehr das Gebet und die Umkehr und damit die Nähe Gottes zu suchen. Im Grunde ist die große Versuchung in der Trostlosigkeit, mich auf mich selbst zu

verlassen und allein von mir selbst aus zu urteilen, weil ich von Gott nichts mehr spüre. Deshalb ist gerade dann wichtig, mich trotzdem an ihn zu wenden, auch wenn es im Dunkel ist, und alles von ihm zu erhoffen.

Glauben im Dunkel als Zeugnis

In der Trostlosigkeit ist also, kurz gesagt, vom glaubenden Menschen vor allem Treue gefordert. Diese Treue ist heute vielleicht schwieriger, da das gesellschaftliche Umfeld nahe legt, nicht zu glauben. Umso wichtiger ist aber das Zeugnis derer, die auch in der Trostlosigkeit, ja sogar in anhaltender geistlicher Dunkelheit den Glauben leben und bezeugen. Das Leben mit und das Beten zu einem Gott, der auch fern und anders ist, der sein Angesicht nicht nur zuwendet, sondern auch verbirgt, entspricht der biblischen Überlieferung. Es sollte mehr Raum haben in der Kirche. Nicht die oft einseitige und biblisch verkürzte Verkündigung eines immer nahen Gottes sollte jene verunsichern, die sich trostlos finden, oder sogar Gott momentan gar nicht finden. Im Gegenteil sollte diese Erfahrung lieber unsere manchmal allzu große Sicherheit über das Wesen und Wirken Gottes erschüttern. Wie Augustinus sagt: „Wenn Du verstehst, ist es nicht Gott“.¹⁶

.....

- 1 <http://www.aphilia.de/literatur-heinrich-heine-02-loreley.html>; abgerufen am 3.1.2020.
- 2 Ignatius von Loyola, Die Exerzitien, übertragen von Hans Urs von Balthasar, Freiburg ¹²1999, Nr. 313-336.
- 3 Ebd., Nr. 316f.
- 4 Ebd., Nr. 317.

- 5 A Grief observed, London 1978, 9.
- 6 Das hebräische Wort *lāmâ* bedeutet „für was? = wozu?“, während es noch ein eigenes Wort für „warum?“ (*maDDû^e*) gibt.
- 7 Karl Rahner, Frömmigkeit früher und heute, in: ders., Schriften zur Theologie, Bd. VII, Einsiedeln – Zürich – Köln 1966, 11–31, hier 22.
- 8 Mutter Teresa, Komm, sei mein Licht, hg. von Brian Kolodiejchuk MC, München 2010.
- 9 Vgl. dazu Franz Meures, „Er ist nicht hier“ Osterglaube als Teilhabe an der Gottesferne, Herder Korrespondenz Spezial 1 (2014), 61–64, insbes. 62. Siehe auch in dieser Ausgabe der Ordenskorrespondenz S.8–11.
- 10 Exerzitien, Nr. 322.
- 11 Ebd., 320.
- 12 Ebd., 322.
- 13 Exerzitien, Nr. 321.
- 14 Ebd. Nr. 318.
- 15 Ebd., Nr. 319.
- 16 Augustinus, Sermo 117, PL 38, 663; F. Dolbeau, „Le Sermon 117 d’Augustin sur l’ineffabilité de Dieu. Édition critique,“ in *Revue bénédictine* 124 (2014), 213–253.

Warum bin ich traurig? Mit dieser Frage tritt ein Mensch in die Reflexion über seine Gestimmtheit, seine inneren Regungen, ein. Er lässt sich nicht mehr einfach von ihnen treiben wie ein Blatt im Wind, sondern fragt nach ihrer Bedeutung und nach ihrem Sinn.

Igna Kramp