

Sehnsucht ist im Leben des Menschen etwas Wesentliches. Sehnsucht kann verschiedene Gesichter zeigen:

Sehnsucht nach Materiellem, nach Wohlstand, nach Gesundheit, nach Beziehungen, nach
..... nach 'Gott' ?

Vielleicht zeigt sich Ihnen die Sehnsucht nach Gott unter einem anderen Namen

- ... als Sehnsucht nach Ruhe und Stille ?
- ... als Sehnsucht nach Angenommensein?
- ... als Sehnsucht nach Ankommen bei sich selbst ?
- ... als Sehnsucht nach Erfüllung und Heil ?
- ... als Sehnsucht nach Geliebt-werden und Liebe ?
- ... als Sehnsucht nach ... ?

Können Sie sich vorstellen ...

- ... Ihrer Sehnsucht, wie Sie sie spüren, mehr auf den Grund zu gehen ?
- ... immer mehr unterscheiden lernen, was Ihnen mehr hilft zur eigenen Lebendigkeit ?
- ... unbekannte Türen und Tore zu durchschreiten, um neue Wege zu gehen ?
- ... vertraut(er) zu werden mit Jesus Christus ?
- ... um mit IHM Gott als das Geheimnis unseres Lebens zu entdecken ?

... dann könnte Geistliche Begleitung dazu eine Hilfe für Sie sein.

Was macht denn eigentlich 'Geistliche Begleitung' aus?

'Geistliche Begleitung' ist kein geschützter Begriff, kein 'Markenzeichen', erst recht nicht eine Ware. Deshalb gibt es unterschiedlichste 'Definitionen' und verschiedene Weisen von 'Geistlicher Begleitung'.

Worum es bei Geistlicher Begleitung geht, mag ein einfaches, verallgemeinertes Beispiel im Folgenden verdeutlichen:

Eine Person trifft sich regelmäßig mit einer Geistlichen Begleiterin, einem Geistlichen Begleiter zum Gespräch. Diese Person erzählt im Rahmen der Vertraulichkeit und Verschwiegenheit, was sich ihr in ihrem Leben gerade zeigt:

Situationen in Beruf, Partnerschaft, Familie, Beziehungen ...

Sehnsüchte, Hoffnungen, Schmerzliches, Schwieriges ...

Fragen, Unsicherheiten, Entscheidungen, ...

Umgang mit Glauben und Unglauben, Gebet, Gemeinschaft (en),

Die Begleiterin , der Begleiter hört einführend zu, geht den Weg der Person durch verstehendes Nachfragen im Gespräch mit.

Die Begleiterin , der Begleiter lädt ein, motiviert, stärkt, fördert, fordert: das Gehörte und Gesagte, das Gefühlte und Gespürte in den umgreifenden Horizont Gottes zu bringen, zu stellen, zu sehen, ...

Geistliche Impulse und Üben

Dabei kann es hilfreich sein auf große Schätze der Kirche zurückzugreifen, die den Weg des Einzelnen bereichern können: Das Wort Gottes in der Heiligen Schrift, Überlieferungen von Heiligen, verschiedene Weisen des Betens und Meditierens, ...

Daraus ergeben sich für die Person über das Gespräch hinaus neue Einsichten und vielleicht auch neue Aussichten, die im Alltag umgesetzt und gelebt werden (möchten).

Die dabei gemachten Erfahrungen und Wirkungen im Alltag können dann Grundlage für weitere Begleitgespräche sein.

Dieses 'Christ werden und sein aus Erfahrung und in Beziehung' ist ein ständiger Wachstums- und Umkehrprozess. Deshalb ist Geistliche Begleitung auf einen längeren Zeitraum angelegt.

Gott in allem suchen und finden

"Gott in allem suchen" ist eine Aussage des Heiligen Ignatius von Loyola, die auch gut auf Geistliche Begleitung zutrifft. Ignatius regt an, das Wirken Gottes im eigenen Leben wahrzunehmen und darauf mit der eigenen Existenz zu antworten. Geistliche Begleitung will deshalb dem 'Übenden' konkrete Hilfen für den Alltag geben, wie er Gottes Wirken im eigenen Leben aufspüren und entdecken kann und wie der Übende in die Beziehung, in den Dialog, zu Gott kommt, darin bleibt und daraus sein Leben gestaltet.

Was sonst noch ...

Geistliche Begleitung geschieht meist im Einzelgespräch und orientiert sich am Lebensweg des Einzelnen.

Außer Zeit, Geduld, Offenheit, Mut und Risikobereitschaft, kostet Geistliche Begleitung nichts. Geistliche Begleitung ist ein Grunddienst der Seelsorge.

Es geht immer um den ganzen Menschen mit seiner leiblichen, seelischen und geistlichen Dimension. Dabei gibt es nichts, was nicht Thema in der Geistlichen Begleitung sein kann.

Nicht religiöses bzw. theologisches Wissen und Streben steht im Vordergrund, sondern erlebte und erfahrene Beziehung zu sich selbst, zur eigenen Wirklichkeit und zu Gott, die im Alltag ein- und ausgeübt wird im persönlichen Beten und Meditieren, Unterscheiden und Entscheiden, Leben und Handeln. Wenn überhaupt 'Voraussetzungen' für 'das Begleitetwerden' genannt werden können, dann in der Form von Bereitschaft ...

- einen eigenen geistlichen Weg gehen zu wollen oder zumindest der eigenen Sehnsucht Raum geben zu wollen).
- sich auf eine regelmäßige Begleitung (ca. 1 mal monatlich) für einen längeren Zeitraum (ca. 1 Jahr) einzulassen, um danach zu entscheiden, wie die Begleitung für beide Seiten stimmig ist oder verändert bzw. abgeschlossen werden kann.
- den Alltag und die eigene Wirklichkeit als Ort wahr- und anzunehmen, wo Geistliches Leben ansetzt und hinführt.
- mit Hindernissen, Widerständen und Krisen zu rechnen, die zum Umkehr-, Verwandlungs- und Wachstumsweg dazukommen können.
- Sich Gott, der die Liebe und das Leben ist, zu öffnen, trotz oder gerade aller Schwierigkeiten, Probleme und Erfahrungen des Scheiterns.

- Jesus Christus (wieder neu) kennenzulernen und im Blick auf ihn dem eigenen Leben nicht auszuweichen
- "mit Großmut und weitem Herzen" (Ignatius von Loyola) sich aufzumachen, ohne im Voraus (auch nicht insgeheim) geplant zu haben oder festgelegt zu sein, was 'rauskommen' soll innerhalb der Begleitung oder gar im Leben selbst.

Geistliche Begleitung als Hilfe

Geistliche Begleitung kann auf in der Kirche verwurzelte und bewährte 'Deutungsmuster von Leben' (Bibel, Traditionen, Theologie, Riten, ...) zurückgreifen und für Menschen mit ihren Fragen und Sehnsüchten Hilfe bieten:

Hilfe im Umgang und Deuten von Erfahrungen des eigenen Lebens im Alltag in all ihren Bereichen wie Beruf, Partnerschaft, Ehe, Familie, Beziehungen, ...

Hilfe bei Unterscheidungen und Entscheidungen

Hilfen und Hinweise fürs persönliche Beten, Meditieren

Hilfen um existentiellen Erfahrungen, Frage nach dem Sinn, nach Gott auf die Spur zu kommen, Raum und Zeit zu geben und ins eigene Leben zu integrieren.

Hilfe, um das eigene Leben zu leben - 'der eigenen Berufung' auf die Spur zu kommen - auch im Blick auf die soziale und gesellschaftliche Dimension des eigenen Eingewobenseins in die Welt.

Joachim Holub

Dipl. Theol., Pastoralreferent
Exerzitienbegleiter und Geistlicher Begleiter
info@geistliche-begleitung-holub.de
www.geistliche-begleitung-holub.de



Geistliche Begleitung

'Alles beginnt mit der Sehnsucht'

... sagt die jüdische Schriftstellerin und Literaturnobelpreisträgerin Nelly Sachs.

Wenn Sie immer wieder einmal ahnen oder spüren, es geht zutiefst um mich...

Wenn Sie immer wieder einmal ahnen oder spüren, es geht um meinen eigenen Lebensweg ...

Wenn Sie immer wieder einmal ahnen oder spüren, dass es im Leben mehr als alles geben muss....

Wenn Sie immer wieder einmal ahnen oder spüren, dass in Ihnen eine Sehnsucht da ist ...

... dann könnte **Geistliche Begleitung** das Passende für Sie sein.