

Geistliche Begleitung – Gibt es eine „Seelenverwandtschaft“ zur Existenzanalyse und Logotherapie?

0. Einführung:

Ich bin vor vielen Jahren auf eine für mich immer noch interessante neue Sicht von Anthropologen gestoßen. Viele kennen die berühmten Höhlenzeichnungen der Menschen rund um die Lebenszeit des sog. Neandertalers. Lange Jahre hat man diese dahingehend interpretiert, dass sie eine Jagdszene darstellen sollen, die diese Menschen erlebt haben. In dem Artikel, der mir vor Jahren in die Hände fiel, hat man eine andere Deutung vertreten. In diesen Zeichnungen wird nicht etwas dargestellt, was gewesen ist, sondern was noch stattfinden soll. Sie sind demnach eine Art Bitte (Gebet) an „höhere Mächte“, die helfen sollen, dass die bevorstehende Jagd erfolgreich und heilvoll ablaufen möge. Wenn man sich vorstellt, wie abhängig die Menschen von einem erfolgreichen Beutezug waren, kann man nachvollziehen, wie bedrängend, ja überlebensnotwendig der Erfolg gewesen ist. Bedeutet doch Misserfolg Hunger, im schlimmsten Fall Verhungern. Und dass Jagen keine ungefährliche Handlung ist, muss ich nicht extra betonen. Wir wissen nicht, wie viele Menschen ihr Leben bei einem solchen Beutezug oder als dessen Folge aufgrund erlittener Verletzung verloren haben. Fazit: Menschen sind seit dem Erwachen ihres Verstandes *religiös*, d.h. sie binden sich zurück an ... Folgt man dieser Spur durch alle Jahrtausende und in allen Kontinenten, so bestätigt sich diese Aussage. Heute gebraucht man in der Literatur einen anderen Begriff, den der Spiritualität, spricht nicht mehr vom religiösen Erwachen, sondern vom spirituellen des Menschen und verfolgt dieses sowohl auf der Ebene der Entwicklung der Menschheit wie des Menschen (phylo- und ontogenetisch).

Deshalb stelle ich die These auf, dass es seit den Anfängen der Religiosität oder Spiritualität auch das Phänomen der *Geistlichen Begleitung* gegeben hat. Wir können sie entdecken in den Religionen der Menschheit, wenn auch unter einer anderen Bezeichnung und mit verschiedenen Ausprägungen. Allein ein Hinweis auf die fernöstlichen Religionen des Hinduismus und Buddhismus sowie ein Blick auf die abrahamitischen Religionen mögen genügen.¹

Heute ist *Geistliche Begleitung* aufgrund der Wiederbelebung und Erneuerung durch das II. Vatikanum (1962-1965) zu einem *professionalisierten Fachdienst*² geworden. Zu diesem Fachdienst gehört „ein identifizierbares Referenzwissen“³. Zu diesen hilfreichen Sekundärreferenzen gehören Gesprächsführungsmethoden, psychotherapeutische Theorien und Selbsterfahrungssettings.⁴ In der derzeitigen Pastoraltheologie, aber auch in den verschiedenen Ausbildungskursen im Kontext der Geistlichen Begleitung wird auf den personenzentrierten Ansatz von Carl Rogers zurückgegriffen und dieser bevorzugt gelehrt.⁵ „Es gibt kein anderes psychotherapeutisches Verfahren, dass so gründlich mit Methoden empirischer Forschung untersucht wurde wie die personenzentrierte Psychotherapie. Sie

¹ Die Entwicklung der kirchlichen Tradition wurde von Michael Plattig umfassend untersucht: vgl. Ders.: „Sag mir ein Wort, wie ich gerettet werden kann“ – Ursprung und Entwicklung geistlicher Begleitung – eine „Grob-skizze“. In: „Da kam Jesus hinzu ...“ (Lk 24,15). Handreichung für geistliche Begleitung auf dem Glaubensweg. 25. März 2001. Hrsg. vom Sekretariat der Deutschen Bischofskonferenz (= Arbeitshilfen 158), S. 25-35.

² Vgl. „... und Jesus ging mit ihnen“ (Lk 24,15). Der kirchliche Dienst der Geistlichen Begleitung. Hrsg. vom Sekretariat der Deutschen Bischofskonferenz. Bonn 2014 (= Die deutschen Bischöfe. Pastoralkommission; Nr. 39), S. 14; Plattig: Ursprung und Entwicklung, S. 35.

³ Ebd., S. 14; Plattig: Ursprung und Entwicklung, S. 35.

⁴ Vgl. ebd., S. 18f. 26.

⁵ Vgl. Regina Bäumer; Michael Plattig: „Aufmerksamkeit ist das natürliche Gebet der Seele.“ Geistliche Begleitung in der Zeit der Wüstenväter und der personenzentrierte Ansatz nach Carl Rogers – eine Seelenverwandtschaft?!. In: Dies: Umformung durch Aufmerksamkeit – Aufmerksamkeit durch Umformung. Gesammelte Beiträge zur Geistlichen Begleitung (= Theologie der Spiritualität. Quellen und Studien 6). Sankt Ottilien: Eos 2014, S. 63-406. Peter Köster: Einführung in die Praxis geistlicher Begleitung. Eine Orientierung für Begleiter und Begleiterinnen. Books on Demand GmbH o.J., S. 19-31.

hat weit über den psychologischen Bereich hinaus Anerkennung und Anwendung gefunden, besonders in der praktischen Theologie und Seelsorge.“⁶

Damit habe ich den Ausgangspunkt meiner Überlegungen oder eine debattierwürdige Fragestellung erreicht: Inwieweit ist nicht die Existenzanalyse und Logotherapie ein ebenso nützliches, vielleicht sogar ein besseres Referenzwissen als andere psychotherapeutischen Ansätze? Gibt es nicht (auch) eine Art Seelenverwandtschaft zwischen Geistlicher Begleitung und Existenzanalyse/Logotherapie? Dabei möchte ich die theologische Anthropologie der Existenzanalyse und die Geistliche Begleitung als solcher der Logotherapie zuordnen.

I. Anthropologische Grundlagen

Hintergrund der Geistlichen Begleitung bildet das christlich (jüdische) Menschenbild und dessen schöpfungstheologische Perspektive. „Jeder Mensch in seiner konkreten Situation und Verfasstheit ist [...] zur Selbst- und Gotteseerkenntnis berufen und die Entwicklung dahin gilt es zu fördern.“⁷

Wenn wir das ernst nehmen, dann erkennen wir, dass der Mensch ein soziales Wesen ist, sein Leben in verschiedenen Formen des Mit-Seins lebt, und dieses Mit-Sein/Bei-Sein geschieht häufig auch im Begleiten.⁸ Begleiter oder Begleiteter zu sein ist eine anthropologische Grundkonstante.

Arnold Gehlen bezeichnet den Menschen als Mängelwesen, das stets der Hilfe bedarf – im Gegensatz etwa zu den Tieren, die an ihren jeweiligen Lebensraum ideal angepasst sind. Dafür kann der Mensch mit Hilfe der Technik überall überleben. Der Mensch als Mängelwesen ist auf Hilfe, auch im seelischen, geistlichen Leben angewiesen. Ich allein kann mir nicht den notwendigen Durchblick verschaffen oder das wegweisende Wort zusprechen.⁹ Ich bin auf die Perspektive des anderen und seine Beistand (Bei-sein/Mit-sein) angewiesen.

Wir wissen, dass der Mensch ein „Nesthocker“ ist, der viele Jahre, ja Jahrzehnte, wenn ich gar ein ganzes Leben zum Reifen, Wachsen und Erwachsenwerden benötigt. In diesem Sinne ist geistliche Begleitung eben prozess- und entwicklungsorientiert, weil dies dem Menschsein entspricht.

Christen glauben an den dreifaltigen (trinitarischen) Gott. Als Gottes Ebenbild spiegelt der Mensch dieses Gottesbild wider durch eine „innere Trinität“ als ein Wesen, das aus Leib, Seele und Geist besteht. Daher geschieht geistliche Begleitung auf allen Ebenen¹⁰, weil wir Gott mit dem ganzen Denken und Wollen, mit allen Kräften, dem ganzen Herzen suchen und lieben dürfen. Daher können auch Leibübungen und Ähnliches wertvolle Hilfen sein.¹¹

II. Verstehenshorizont „geistlich“¹²

Wie man u.a. das Adjektiv/Attribut „geistlich“ verstehen kann, möchte ich im Folgenden, einem Versuch von Matthias Sellmann nachgehend, darlegen. Sellmann verweist auf den geistlichen Schriftsteller Henri Nouwen und diese Geschichte: Zu einem Bildhauer kommt ein kleiner Junge. Der schaut dem Meister einen Tag zu, wie dieser aus einem Steinblock abends einen Löwen gehauen hat. Stolz

⁶ Köster: Einführung, S. 19.

⁷ Plattig: Ursprung und Entwicklung, S. 26.

⁸ Vgl. ebd., S. 12.

⁹ Vgl. ebd., S. 13.

¹⁰ Vgl. Willi Lambert: Geistliche Begleitung auf dem Glaubensweg. „Was sind das für Dinge, über die ihr auf eurem Weg miteinander redet?“ Lk 24,17. In: „Da kam Jesus hinzu ...“ (Lk 24,15). Handreichung für geistliche Begleitung auf dem Glaubensweg. 25. März 2001. Hrsg. vom Sekretariat der Deutschen Bischofskonferenz (= Arbeitshilfen 158), S. 10-24; hier: S. 17.

¹¹ Vgl. ebd., S. 17f.; Regina Bäumer: Klangschalen und QiGong – esoterische Verzierung? Körperübungen auf dem geistlichen Weg. In: Bäumer/Plattig: Umformung, S. 515-523.

¹² Vgl. Matthias Sellmann: Was fehlt, wenn die Christen fehlen. Eine „Kurzformel des Glaubens“. 2. Auflage. Würzburg: Echter 2021; S. 45f.

fragt der Meister: „Und, was sagst du?“ Darauf der Junge: „Das ist sehr schön. Aber sag mir eines: Woher wusstest du schon heute Morgen, dass in dem Stein ein Löwe steckt?“

Wer geistlich lebt und begleitet, der schaut und hört durch die Dinge/Menschen hindurch auf etwas, was in diesen steckt, aber so lange verborgen bleibt, bis man mit einem bestimmten Sensus an diese herangeht. Geistlich leben und begleiten besteht in einer Kompetenz, „den gegebenen Dingen [Menschen] so gut zuzuhören [...], sie so großzügig zu behandeln, dass aus ihnen vernehmbar werden kann, was bereits in ihnen ist – was aber im nicht-geistlichen Kontakt auch nicht hervorgehoben wird. [...] ‚Geistlich‘ ist also jene Kompetenz, mit der man das Mögliche im Gegebenen erkennt, stimuliert, weckt und fördert. ‚Geistlich‘ ist die Behauptung, dieses Mögliche sei ebenso wahr und wirklich wie das Reale [...] Geistliches Leben ist also eine Form des Blicks, der Vision, des ganzen Verhaltens, das sich der Tatsache verschreibt, die Welt [der Mensch] sei voller positiver Möglichkeiten. Mehr noch: Es ist ein leidenschaftlicher Blick. [...] Dieser Blick ist aktivierend. Er schaut nicht nur hin, er durchschaut nicht nur – dies aber ohne Besserwisserei, ohne Überführungsabsicht –, sondern er bewirkt auch. Er lockt, [...] motiviert, traut zu, befähigt [...].“

III. Geistliche Begleitung¹³

1) Abgrenzungen

Geistliche Begleitung orientiert sich an „gesunden“, d.h. nicht pathogenen, psychisch (seelisch) kranken (auffälligen), in ihrer Persönlichkeit gestörten Menschen. Es sind Menschen, die Hilfe suchen auf ihrem persönlichen Glaubens- und damit Lebensweg als spirituelle Wesen. Sie ist ein Dienst mit eigenem Profil, daher eindeutig von Psychotherapie, Supervision und Beratung zu unterscheiden.¹⁴ Anlässe dafür, um eine geistliche Begleitung zu bitten, sind mannigfaltig, dazu können auch Glaubens- und Lebenskrisen, Entscheidungssituationen, Brüche etc. gehören. Geistliche Begleitung versteht sich dabei als Stütze. Inhaltlich geht es um die Ausrichtung am Evangelium und die Orientierung an Jesus Christus.

Es gibt dabei ein Referenzwissen, das zunächst im spirituellen Erfahrungswissen der Kirche besteht, das über Jahrhundert angesammelt worden ist, und je nach Ausprägung (Schule) der Geistlichen Begleitung und der eigenen Spiritualität gibt es eine spezifische Vorgehensweise¹⁵, ähnlich den verschiedenen psychotherapeutischen Schulen.

„Die christliche Tradition geistlicher Begleitung ist [...] wesentlich breiter, sie birgt unterschiedliche und unterscheidbare Konzeptionen. Von daher kann man nicht von der geistlichen Begleitung schlechthin, sondern nur von geistlicher Begleitung in einer bestimmten Schule sprechen.“¹⁶

2) Theologie und Christologie

Der Gott Israels, Jahwe, ist – im Gegensatz zu den anderen Göttern im Umfeld Israels und der Antike – kein statischer Gott, sondern einer, der mit geht, der sein Volk „begleitet“.¹⁷ Das zentrale Ereignis in der Geschichte Israels, der Auszug aus Ägypten, macht das überdeutlich.

Jesus selbst ist zum Begleiter seiner Jüngerschar par excellence geworden: Wenn seine Jünger ihm nachfolgen, dann begleiten sie zwar ihn, er aber auch sie. „Er fragt sie nach ihren Gesprächen auf dem Weg, ermutigt sie, er führt sie ein in die ‚Unterscheidung der Geister‘, er konfrontiert sie...“¹⁸

¹³ Vgl. Der kirchliche Dienst, S. 11ff.

¹⁴ Vgl. ebd., S. 16.

¹⁵ Vgl. ebd., S. 19.

¹⁶ Plattig: Ursprung und Entwicklung, S. 25.

¹⁷ Vgl. Lambert: Geistliche Begleitung, S. 12.

¹⁸ Ebd., S. 12.

Wir kennen ein solches Begleitgeschehen aus anderen Kulturen und Kontexten, etwa den antiken Philosophenschulen, der Beziehung zu einem Guru oder Schamanen. Der Unterschied liegt in der Theozentrik. So soll derjenige, der begleitet, auch dazu helfen, dass die Begegnung von Gott und Mensch leichter wird.¹⁹

Daher ist Geistliche Begleitung *theozentrisch*.²⁰ Es geht darum, den eigenen Horizont zu erweitern und das Leben auf Gott hin zu öffnen.

Sie ist *christozentrisch*²¹, weil die Christusähnlichkeit das umfassende Ziel der menschlichen Entwicklung auf dem Hintergrund einer christlich-biblischen Anthropologie ist, Alter Christi zu werden.

Sie ist auch *pneumazentrisch*, weil sie ernst macht mit dem Wirken des Hl. Geistes. Die sog. „Unterscheidung der Geister“ nutzt sie, um das Wirken Gottes von anderen Kräften, die auf einen einwirken, unterscheiden zu können. Und letztlich ist der Hl. Geist der „eigentliche“ Begleiter auf dem Lebensweg jedes Menschen.²²

Die Mitte (Narbe) geistlichen Begleitens – ausgesprochen oder nicht – ist das Anerkennen, dass Gott und Jesus Christus das Zentrum ist. In der Begegnung mit der Offenbarung vertieft sich diese Beziehung und wächst.²³

3) Orientierungs- und Wachstumshilfe²⁴

Es geht darum, mehr Mensch zu werden, mehr der zu sein, der man werden kann, zu mir selbst zu kommen, Persönlichkeit zu entfalten, das Bild zu entwickeln, das in mir angelegt ist, m.a.W., das Gott in mich hingelegt hat – immer mehr Ebenbild Gottes zu sein (Gen) oder Ikone Christi zu werden.

Es ist ein geistlicher Reifungs- und Wachstumsprozess²⁵, der personorientiert ist. Im Mittelpunkt stehen die Erfahrungen, Fragen, Reflexionen der begleiteten Person. Die Wüstenväter und -mütter lassen dem Ratsuchenden viel Raum, seine Situation zu schildern und helfen ihm durch Nachfragen, selbst die Antwort auf seine Lage zu finden (vgl. Mäeutik).²⁶

Geistliche Begleitung ist ressourcen-, prozess- und entwicklungsorientiert; sie fördert von ihrem Ansatz her die Resilienz und hilft, gesund zu bleiben und heil zu werden.²⁷

Da es ein Prozess ist, ist das Geschehen auf eine (gewisse) Dauer angelegt. Es geht darum, einen Weg miteinander zu gehen und sich auf die Veränderung im Gehen einzulassen. So erfolgt die Begleitung über einen längeren Zeitraum (idR sechs Monate bis fünf Jahre²⁸, dabei ist es durchaus möglich eine Begleitpause über kürzere oder längere Zeit einzulegen oder den Begleiter zu wechseln.²⁹) Die Gespräche erfolgen einer gewissen Regelmäßigkeit (ca. alle vier bis sechs Wochen) und dauern idR eine Stunde (ggf. 45 bis 60 Minuten)³⁰.

In diesem Kontext kommt in einer regelmäßigen Abfolge von Gesprächen das ganze Leben zur Sprache mit alle Facetten der eigenen Persönlichkeit ...

„Auf diesem Hintergrund gesehen ist geistliche Begleitung der Versuch, mit jemanden geistlich Erfahrungen zusammen, das eigene Glaubens-Leben, den eigenen Lebens-Glauben vor Gott regelmäßig und

¹⁹ Vgl. ebd., S. 13.

²⁰ Vgl. Der Kirchliche Dienst, S. 13.

²¹ Vgl. ebd., S. 13.

²² Vgl. ebd., S. 13.

²³ Vgl. Lambert: Geistliche Begleitung, S. 19.

²⁴ Vgl. Lambert: Geistliche Begleitung, S. 10.

²⁵ Vgl. Der kirchliche Dienst, S. 12

²⁶ Vgl. ebd., S. 12; Plattig: Ursprung und Entwicklung, S. 28.

²⁷ Vgl. Der kirchliche Dienst, S. 12f.

²⁸ Vgl. ebd., S. 14.

²⁹ Vgl. Lambert: Geistliche Begleitung, S. 22.

³⁰ Vgl. Der kirchliche Dienst, S. 14.

auf eine gewisse Zeitdauer hin in den Blick zu nehmen, um neue Orientierung und Impulse für den weiteren Weg zu gewinnen und „auszuleben“.³¹

4) Zielausrichtung

Das Ziel ist – wie gesagt – ein Wachsen in Glauben, Hoffen, Lieben, in der Wahrheit, die uns frei machen wird, damit auch in Freiheit³² und Friede – mit sich und dann auch mit den anderen – in Demut und Gerechtigkeit – im Sinne das hebr. *sedeq/sedaqa* (heilvoll handeln, d.h. in einem guten Umgang mit den eigenen Ressourcen und denen dieser Erde, gemeinschaftstreu leben) – in der Fähigkeit, die Geister zu unterscheiden, was guttut, heilvoll ist und Trost spendet und was mir nicht guttut, Unheil verursachend und traurig machend ist. M.a.W., es geht um das Entfalten einer drei- bzw. vierfachen Beziehung, zu sich, den anderen, dem anderen und Gott. resp. um ein Mehr an Leben und Lebendigkeit, das dann als eine neue Qualität in Beziehung(en) erlebt wird.³³ Mensch- und Selbstwerdung, die Bewältigung des Lebens in der Auseinandersetzung mit Emotionen und Bedürfnissen und den rechten Umgang mit ihnen auf dem Weg zu Gott bilden die Zielperspektive.³⁴ In einer gemeinsamen Suchbewegung soll der Anruf Gottes in der gegenwärtigen Situation für diese konkrete Personen erfasst werden, sodass diesem entsprechend Leben gestaltet werden kann.³⁵

5) Momente geistlichen Begleitens

a) Die Sehnsucht nach einem „erfüllten Leben“ (vgl. Joh 10,10)

In der geistlichen Begleitung geht es im Tiefsten darum, diese Ursehnsucht des Menschen zu entdecken, ihr im Leben nachzugehen, ihr Raum zu schenken und sich entfalten zu lassen. „Für den Christen ist die Erfüllung dieser Sehnsucht [...] mit der Entdeckung und dem Geschenk einer personalen Beziehung zu Jesus Christus verbunden.“³⁶

b) Achtsames Leben und aufmerken für Glauben

Erste Schritte dahin bestehen darin, für die Bewegungen des Lebens und die Regungen des Glaubens aufmerksam zu werden. Die Einübung einer achtsamen Grundhaltung ist oft der Ausgangspunkt eines solchen Prozesses.³⁷ Das kann damit beginnen, ohne Bewertung alle Gefühle und Bedürfnisse, Sehnsüchte und Stimmungen wahrzunehmen und zuzulassen. Sie haben ein Recht und einen Sinn.³⁸

c) Schweigendes Hören

In einer Zeitsituation, die durch eine Überflutung an Reizen und einer endlosen Kommunikation bestimmt ist, gilt es, die Fähigkeit zum Dialog bzw. Trialog (Wort-Antwort-Verantwortung) neu einzuüben. Grundvoraussetzung für diesen Dialog im Sinne von Martin Buber ist ein schweigend-hörendes Dasein³⁹, um so eine veränderte Begegnungsfähigkeit zu ermöglichen, die in einem Bei-Sein besteht und nicht unbedingt vieler Worte bedarf. Gerade dadurch kann die Beziehungsfähigkeit wachsen, indem Beziehungspflege auf einer geistig-geistlichen Basis erfolgt.⁴⁰

³¹ Lambert: Geistliche Begleitung, S. 14.

³² Vgl. Der kirchliche Dienst, S. 13.

³³ Vgl. ebd., S. 20.

³⁴ Vgl. Plattig: Ursprung und Entwicklung, S. 27.

³⁵ Vgl. Der kirchliche Dienst, S. 13. 17 (das persönliche geistliche Leben); Plattig: Ursprung und Entwicklung, S. 27 („Die Antworten der Väter und Mütter auf die Bitten und Fragen der Ratsuchenden sind situations- und personenbezogen.“).

³⁶ Lambert: Geistliche Begleitung, S. 15.

³⁷ Vgl. ebd., S. 15.

³⁸ Vgl. Plattig: Ursprung und Entwicklung, S. 26.

³⁹ Vgl. Lambert: Geistliche Begleitung, S. 16.

⁴⁰ Vgl. ebd., S. 19.

d) Verantwortete Lebensgestaltung

Der Mensch ist das Wesen der Entscheidung. Er ist immer neu herausgerufen, sich zu entscheiden. Dabei nimmt aktuell eine verlässliche Orientierung immer mehr ab. Daher bedarf der Mensch einmal mehr Entscheidungs-Hilfen im Entscheidungsfindungsprozess. Viele tragfähige Entscheidungen können nur auf dem Weg eines inneren Suchens und Entdeckens gefunden werden, die nicht nur Maßnahmen am eigenen Menschsein, sondern den Horizont weiterstecken und sich nach Gottes Wirken und Willen im eigenen Leben ausstrecken. Es bedarf der Einübung in die „Unterscheidung der Geister“, der inneren Befreiung und der Klärung von Motivationen.⁴¹

In diesen Kontext können wir auch das Gewissen, die Gewissensbildung und -entscheidung verorten. Die Sensibilität für den eigenen Gewissensanruf, die Entfaltung des Gewissens und so den Prozess der Gewissens- (Herzens-)bildung aktiv zu fördern, sind Teil der geistlichen Begleitung⁴². Dabei muss dies nicht immer ausdrücklich thematisiert werden, sondern kann sich als ein nicht ausdrücklicher Nebenaffect einstellen und zu einer verantworteten Lebensgestaltung beitragen.

e) Evangeliums gemäße Existenz

Dazu gehört, dass das Wort des Evangeliums zum Wort des Lebens und zum Wort des lebendigen Gottes wird. Das geschieht durch ein Wachsen im Umgang mit der Hl. Schrift, aber auch durch eine Wandlung aufgrund dieses Lebens unter Gottes Wort hinein in die Nachfolge Jesu als Haltung, aus der das Verhalten sich speist.

Dementsprechend kann man von vier Ebenen schematisch in den Blick genommen werden⁴³:

... des Haltes: Hier geht es um den letzten Halt in meinem Leben, den Grund, auf den ich mein Leben aufbaue und nachdem ich es ausrichte

... der Haltung: Es kommt das in den Blick, was mich prägt, das sind meine Motive, Einstellungen, Hoffnungen, Ängste ...

... des Verhaltens: meine Haltung beeinflusst bzw. fördert meine Verhaltensweisen, sodass mein Wachsen und Reifen auch an meinem Handeln deutlich werden kann

... der Verhältnisse: In dem Maße, wie ich werde, werden automatisch sich auch die Lebensverhältnisse gestalten; genauso vermag ich bewusst an der Gestaltung dieser, in familiärer, beruflicher, gesellschafts-politischer Hinsicht mitzuwirken

Selbsterkenntnis, Selbstwerdung, Selbstbildung und die Annahme seiner selbst – im Sinne von Guadagni – sind bedeutsame Einzelaspekte, die doch zusammengehören. „Alle Lebensphasen und alle geistlichen Grundentscheidungen sind Gegenstand des Begleitgeschehens.“⁴⁴

f) Geistliche Grundentscheidungen⁴⁵

Es geht um eine positive Grundentscheidung und -einstellung zum Leben an sich, das als ein Geschenk erfahren und angenommen und gestaltet werden möchte.

Es geht um die Erfahrung von Schuld⁴⁶ und Versagen, die Auseinandersetzung mit der Wirklichkeit des Bösen auf allen Ebenen. Dabei ist die wichtigste Regel der geistlichen Väter und Mütter, nicht zu verurteilen oder in Trauer zu stürzen, sondern aufzurichten und zu trösten.⁴⁷

Es geht um die Möglichkeit des Leids, das nicht nur als Sinnbedrohung wahrzunehmen, sondern auch als Wachstumsmöglichkeit zu verstehen ist.

⁴¹ Vgl. ebd., S. 17.

⁴² Vgl. ebd., S. 19.

⁴³ Vgl. ebd., S. 20.

⁴⁴ Ebd., S. 17; vgl. ebd., S. 19.

⁴⁵ Ebd., S. 18.

⁴⁶ Vgl. Plattig: Ursprung und Entwicklung, S. 26.

⁴⁷ Vgl. ebd., S. 28f.

Es geht darum, die Wirklichkeit des Todes anzunehmen und im christlichen Kontext das Sterben („Kreuz“) als Möglichkeit zu neuer endgültiger Lebendigkeit zu entdecken. Daraus kann ein Leben der „Auferstehungswirklichkeit mitten im Alltag“⁴⁸ abgeleitet werden.

g) Zusammenfassung: Leben aus dem Geist – geistliches Leben⁴⁹

Nicht nur alle Lebensphasen, sondern auch sämtliche Lebensfacetten und der ganze Mensch mit all seinen Dimensionen ist Gegenstand der geistlichen Begleitung:

Es geht um die Achtung vor dem Leben als ein Geschenk aus Hoffnung und Sinn ...

Man sorgt sich um Herzens- und Gewissensbildung ...

Die Begleitung ist eingewoben in die Gestaltung von Gemeinschaft ...

Der Umgang mit Schuld und die Auseinandersetzung mit Schlechtem und Ungerechtigkeit ... werden thematisiert und eingeübt.

Die Erfahrung von Leid, nicht nur als Sinnbedrohung, sondern auch als Wachstumsmöglichkeit ... soll erfahren werden

Die Auseinandersetzung mit Krankheit, Sterben und Tod sowie ein Leben aus der Auferstehungswirklichkeit schon im Jetzt ... finden Raum.

IV. Existenzanalyse und christliche Anthropologie⁵⁰

Die Existenzanalyse versteht das menschliche Sein als ein Verantwortlichsein und „sich selbst als Analyse auf Verantwortlichsein hin“⁵¹ Darin wird der Grundzug menschlichen Dasein gesehen, das eben entscheidend ist. Und zum Entscheiden gehört auch das Unterscheiden, die Unterscheidung der Geister.

Wir finden diesen Ansatz auch in der theologischen Anthropologie, die wir eben skizziert haben, aber auch in der geistlichen Begleitung als Weggeleit im Hinblick auf verantwortete Lebensgestaltung. Das wird im Folgenden noch deutlicher:

In diesem Zusammenhang sieht Frankl den Aufgabencharakter des Lebens und den Antwortcharakter des Daseins: „nicht der Mensch sei es [...], der die Frage nach dem Sinn des Lebens zu stellen habe, vielmehr sei es umgekehrt so, dass der Mensch selber der Befragte ist; dass er selber zu antworten hat; dass er die jeweiligen Fragen, die sein Leben an ihn stellt, zu beantworten hat; [...] ‚in der Tat‘. Nur im Handeln lassen sich die ‚Lebens-Fragen‘ wahrhaft beantworten – [...].“⁵² *Das deckt sich mit der Fähigkeit zum Dialog bzw. Trialog, Wort, das das Leben an uns richtet, die Antwort, zu der ich herausgefordert werde und die Verantwortung, die mir damit zufällt, deren Grundvoraussetzung ein schweigend-hörendes Dasein bildet. Nicht weit entfernt davon ist die Evangeliums gemäße Existenz in der Dreiheit von Halt, Haltung und Verhalten.*

Und weiter spricht Frankl davon, dass diese Verantwortung immer ad personam et ad situationem sich vollzieht.⁵³

In der geistlichen Begleitung geht es stets um den konkreten Menschen in seiner heutigen Lebenssituation. Darüber hinaus lässt sich fragen, ob man nicht die Begriffe Leben und Gott zumindest teilweise synonym setzen kann. Vox temporis – vox Dei, die Stimme der Zeit (des Lebens) ist die Stimme Gottes. Man kann dies biblisch fundieren mit Blick auf das Johannesevangelium, in dem Jesus sagt,

⁴⁸ Lambert: Geistliche Begleitung, S. 18.

⁴⁹ Vgl. ebd., S. 18.

⁵⁰ Vgl. Viktor E. Frankl: Der unbewusste Gott. Psychotherapie und Religion. 8. Auflage. Deutscher Taschenbuch Verlag 2006.

⁵¹ Ebd., S. 12, S. 16.

⁵² Ebd., S. 13.

⁵³ Vgl. ebd., S. 13.

dass er das Leben sei (Joh 14,6) bzw., dass er gekommen sei, damit wir das Leben haben (vgl. Joh 10,10).

Ein weiterer Punkt, auf den in diesem Kontext hinzuweisen ist, ist das Psychophysikum oder das Nebeneinander von geistiger Existenz und Faktizität.⁵⁴ *Dass die Faktizität in der geistlichen Begleitung schon aufgrund der anthropologischen Grundlagen ernst genommen wird, wird u.a. daran erkennbar, dass z.B. Leibübungen u.ä. (Yogo, QiGong etc.) Teil einer solchen, etwa im Rahmen von Exerzitien (geistlichen Übungen), sein können.*

Darüber hinaus wird die geistige (und geistliche) Existenz – nach den Worten Frankls – aufgerufen und ausgespielt (eingesetzt) gegen die schicksalshafte Bedingtheit der Faktizität, *etwa im Umgang mit der „tragischen Trias“ und in Auseinandersetzung mit Brüchen, Krisen und dergleichen.*

Frankl macht deutlich, dass menschliches Sein ein um eine geistig-existentielle Mitte zentriertes Sein ist. *Dem stimmt die geistliche Begleitung zu und erweitert diese Mitte dahingehend, dass der Mensch in diesem Zentrum letztlich von Gott angerufen bzw. Gott begegnen wird.* Dieses Geistige stiftet die Einheit und Ganzheit des Menschen, und zwar in seiner dreifachen Ganzheit, Leib-Seele-Geist.⁵⁵ *Nichts anderes lehrt die theologische Anthropologie.* In dieser Stelle wird m.E. deutlich, worin der Unterschied zwischen dem Ansatz Frankls und der Geistlichen Begleitung liegt: Letztere rechnet immer explizit mit der Existenz des lebendigen, dreifaltigen Gottes. Frankl schließt Gott nicht ausdrücklich, atheistisch, aus, rechnet eher implizit mit ihm, trägt aber diese Vorstellung nicht an den Patienten heran.⁵⁶

Eine weitere anthropologische Schnittmenge findet sich im Moment des Geistigen. Der Mensch ist nicht nur Körper und Seele, sondern auch geistige Existenz⁵⁷: hier begegne ich meinem Ich, in der geistlichen Tradition gerne „Selbst“ genannt. „[...] hier kommt das Ich sich selbst zu Bewusstsein: es kommt zum Bewusstsein seiner selbst, es kommt – zu sich.“⁵⁸

Frankl macht deutlich, dass dieses Geistige durchaus zum Unbewussten gehört und dass die Grenze zwischen Bewusstem und Unbewusstem fließend und durchlässig ist.⁵⁹ In dieser unbewussten Tiefe fallen die echten Entscheidungen, damit gibt es auch eine unbewusste Verantwortlichkeit.⁶⁰

Eine Nebenbemerkung sei mir sprachlich erlaubt: Wenn Frankl davon spricht, dass zum Unbewussten auch das Geistige gehört, das geistig Unbewusste, kann nicht zumindest teilweise auch das *Geistliche* dieser Dimension zugerechnet werden und wir uns damit von existenzanalytischer Perspektive dem sog. „übernatürlichen Existenzial“ und einer „anonymen Religiosität“ (in Anlehnung an den „anonymen“ Christen von Karl Rahner) nähern und damit den Menschen in seiner Sehnsucht, in seiner Sinn-suche besser verstehen?⁶¹ Frankl selber spricht von unbewusster Geistigkeit und unbewusster Religiosität, „im Sinne einer unbewussten Gottbezogenheit als einer dem Menschen anscheinend immanenten, wenn auch noch so oft latent bleibenden Beziehung zum Transzendenten. [...] das transzendente Du [...]“⁶² Unsere Beziehung zu ihm bleibt unbewusst, weil verdrängt und somit uns selber ver-

⁵⁴ Vgl. ebd., S. 17f.

⁵⁵ Vgl. ebd., S. 18f.

⁵⁶ Vgl. ebd., S. 42; 58f.

⁵⁷ Vgl. ebd., S. 15.

⁵⁸ Ebd., S. 14.

⁵⁹ Vgl. ebd., S. 16.

⁶⁰ Vgl. ebd., S. 46.

⁶¹ Vgl. ebd., S. 82-99; Karl Rahner: Über das Verhältnis von Natur und Gnade. In: Schriften zur Theologie. Bd. 1. Einsiedeln, Zürich, Köln: Benzinger: 1954, S. 323-345. Ders.: Kirche, Kirchen und Religionen. In: Ders.: Schriften zur Theologie. Bd. 8. Einsiedeln, Zürich, Köln: Benzinger: 1967, S. 355-373.; Ders.: Die anonymen Christen. In: Schriften zur Theologie. Bd. 6. Einsiedeln, Zürich, Köln: Benzinger: 1965, S. 545-554. Ders.: Atheismus und implizites Christentum. In: Schriften zur Theologie. Bd. 8. Einsiedeln, Zürich, Köln: Benzinger: 1967, S. 187-212.

⁶² Vgl. Frankl: Der unbewusste Gott, S. 47.

borgen.⁶³ Diese Beziehung aufzudecken, bewusst zu machen und zu pflegen, ist genuine Aufgabe der Geistlichen Begleitung. Hier überschneiden sich Existenzanalyse und Geistliche Begleitung, denn die Existenzanalyse führt zur Erinnerung (Ekphorierung) verdrängter Religiosität, eine Anamnese (im medizinischen und theologischen Verständnis) leistet, die (noch) unbewusste Gläubigkeit hervorholt.⁶⁴

Die theologische Anthropologie spricht davon, dass jeder Mensch zu Selbst- und Gotteserkenntnis berufen ist. Und dies in dem Wechselspiel, dass die Selbst- zur Gotteserkenntnis und umgekehrt die Gottes- zur Selbsterkenntnis führt, eben auch im Verantwortlichsein nicht nur vor sich, sondern auch vor Gott.⁶⁵

Dementsprechend kann sich geistliche Begleitung auch als Weggeleit zum noch Unbewussten verstehen, als Weg in die Tiefe des eigenen Selbst, zum Seelengrund – wie dies u.a. in der Tradition genannt wurde. Frankl weist darauf hin, dass dieses Unbewusste obligat unbewusst ist und niemals gänzlich zum Bewusstsein gelangen kann.⁶⁶ *Die Geistliche Tradition lehrt das Versagen der Sprache (vgl. Thomas von Aquin) vor dem letzten Geheimnis des Menschen und Gottes, deren Un- bzw. Überbegreiflichkeit (nach Karl Rahner).*

An dieser Stelle wäre ein eigenes Kapitel über das Problem des „Gewissens“ aufzuschlagen, zu dem sowohl aus der Perspektive der Philosophie, der theologischen Anthropologie als auch aus der Sicht Frankls viel Erhellendes zuzusagen und eine Reihe von Schnittmengen zu sichten wären. In diesem Rahmen kann darauf nicht näher eingegangen werden.⁶⁷ Nur das sei angemerkt, Frankl sieht im Gewissen die Stimme der Transzendenz und verweist auf 1 Sam 3,2-9 (Samuel und Eli).⁶⁸ In dieser Erzählung sehe ich eine biblische Schlüsselstelle zum Verständnis der Geistlichen Begleitung. „Hinter dem Über-Ich des Menschen steht nicht das Ich eines Übermenschen, vielmehr steht hinter dem Gewissen des Du Gottes.“⁶⁹ *Hier geht er Hand in Hand mit der Geistlichen Begleitung.*

Die Existenzanalyse sagt, dass die Religiosität nur dann echt sei, wenn sie existentiell ist, d.h., wenn der Mensch sich bewusst dafür entscheidet. Hinzu kommt, dass echte Religiosität das Moment der Spontaneität besitzen muss, sie muss, wenn sie existentiell ist, auch die Zeit haben, aufzukeimen.⁷⁰ Auf diesem Weg hin zu einer immer bewussteren und existentiell nachvollzogenen, d.h. gelebten, Entscheidung, versteht sich die Geistliche Begleitung, das steckt schon im Wort selber, als eine Mitgehende, Unterstützende, Fördernde, Hegende aber auch als eine Wartende, versteht sie sich doch als Orientierungs- und Wachstumshilfe.

Ein wesentlicher Unterschied liegt darin, dass die Existenzanalyse eine psychotherapeutische Methode sein will und sich dem pathogenen Daseinsmodus (Frankl) zuwendet. Das ist in der geistlichen Begleitung vom Ansatz her anders. Es ist nicht ihre primäre Aufgabe den Menschen bewusst zu machen, dass er verantwortlich ist und Verantwortlichkeit besitzt, sondern ihn als sich dessen bewusstes Wesen darin zu unterstützen und in deren Entfaltung zu begleiten.⁷¹

Das eine kann das jeweils andere nicht ersetzen, bestenfalls unterstützen. In diesem Sinne kann die Geistliche Begleitung einen Beitrag zur Salutogenese und zur Resilienz leisten, sie kann niemals die Psychotherapie ersetzen. Umgekehrt kann die Logotherapie unbewusste Religiosität zutage fördern und diese existentiell werden lassen.⁷²

⁶³ Vgl. ebd., S. 47.

⁶⁴ Vgl. ebd., S. 51.

⁶⁵ Vgl. ebd., S. 14.

⁶⁶ Vgl. ebd., S. 21.

⁶⁷ Vgl. die entsprechenden Kapitel: ebd., S. 23ff; S: 71ff.

⁶⁸ Vgl. ebd., S. 41.

⁶⁹ Ebd., S. 44.

⁷⁰ Vgl. ebd., S. 55.

⁷¹ Vgl. ebd., S. 13.

⁷² Vgl. ebd., S. 57f.

V. Logotherapie und Geistliche Begleitung

Anders als die geistliche Begleitung ist die Logotherapie zu weltanschaulicher Neutralität verpflichtet.⁷³ Die intendierte Zielrichtung beider lässt sich mit den Worten Frankls klar beschreiben: Das Ziel der Psychotherapie ist die seelische (psychische) Heilung, das Ziel der Geistlichen Begleitung ist – so altmodisch das klingen mag – das Seelenheil. So kann es – nach Frankl – dem Menschen in der geistlichen Begleitung u.U. nicht erspart werden, in emotionale Spannungen zu stürzen. Trotzdem ist sie in gewisser Weise auch psychohygienisch wirksam, in dem sie u.a. Halt ermöglicht, um daraus Haltung zu gewinnen, das wiederum zu einem authentischen Verhalten führt. Umgekehrt vermag, das haben wir bereits angerissen, die Logotherapie einen Tür zur unbewussten, verdrängten Gläubigkeit eröffnen.⁷⁴

Wenn die Geistliche Begleitung in biblischer Terminologie von der Sehnsucht nach einem erfüllten Leben spricht, dann die Logotherapie von der Sinnerfüllung. Nicht nur aufgrund der sprachlichen Kohärenz mit dem Logoshymnus zu Beginn des Johannesevangeliums konvergieren beide in dem für sie zentralen Begriff „Logos“ (Wort, Sinn ...). Der Mensch ist in anthropologischer Sicht das Wesen, das um Sinnerfüllung ringt und existentiellen Fragen ausgesetzt ist. „[...] das menschliche Sein [ist] immer schon ein Sein auf den Sinn hin, [...]. Der Mensch glaubt an einen Sinn, solange er atmet.“⁷⁵ Und diesem Sinn und damit einhergehend der Suche nach Sinn sowie nach einem letzten Sinn⁷⁶ dienen Logotherapie und Geistliche Begleitung. Mit Paul Tillich gesprochen, bedeutet religiös zu sein, leidenschaftlich die Frage nach dem Sinn unserer Existenz zu stellen.⁷⁷ In der Assoziationskette Sinn Logos Jesus, als das Wort (Logos), das Fleisch geworden ist, gelangen wir wieder in die Mitte der Geistlichen Begleitung.

Die Logotherapie ist nach Frankl nicht nur legitimiert, sich mit dem Willen zum Sinn, sondern auch mit dem Willen zum Über-Sinn zu befassen; und der Glaube ist nach ihm letztlich der Glaube an den Übersinn noch vor jeder konfessionellen Engführung.⁷⁸ Von daher ist es m.E. legitim, Methoden der Logotherapie auch in der Geistlichen Begleitung zu verwenden.

Dazu möchte ich im Folgenden noch ein paar Anmerkungen machen.⁷⁹

Die Logotherapie hält nach zweierlei Ausschau, mit den Willen zum Sinn zu stärken: „1. *Nach seinen körperlich-seelischen Talenten und Gaben (= seinem Verwirklichungsfähigkeiten) und 2. Nach verwirklichungswürdigen Aufgaben in seinem Umfeld, die exakt solche Talente und Gaben erfordern würden und daher zu den ‚genuin seinen‘ zählen können.*“⁸⁰

Dass dies durchaus Aufgaben innerhalb einer Geistlichen Begleitung sein können, unabhängig davon, ob jemand im medizinischen Sinn erkrankt ist, versteht sich von selbst.

a) Paradoxe Intention

Es geht darum, innere Distanz zu gewinnen, indem man sich in paradoxer Weise das wünscht oder vornimmt, wovor man sich fürchtet. Dabei soll ein Zirkelmechanismus durchbrochen und der Angst den Boden entzogen werden.⁸¹ Ziel ist die Selbstdistanzierung⁸², die auch im Rahmen einer Geistli-

⁷³ Vgl. ebd., S. 60.

⁷⁴ Vgl. ebd., S. 61f.

⁷⁵ Ebd., S. 63.

⁷⁶ Vgl. das entsprechende Kapitel: ebd., S.82ff.

⁷⁷ Vgl. ebd., S. 64.

⁷⁸ Vgl. ebd., S. 64f.

⁷⁹ Vgl. zum Ganzen: Elisabeth Lukas: Vom Sinn des Augenblicks. Hinführung zu einem erfüllten Leben. Topos: Kevelaer 2014 (= topos taschenbücher. Band 851).

⁸⁰ Lukas: Vom Sinn des Augenblicks, S. 10.

⁸¹ Vgl. Jörg Riemeyer: Die Logotherapie Viktor Frankls und ihrer Weiterentwicklungen. Eine Einführung in die sinnorientierte Psychotherapie. Bern: Huber: 2007, S. 161.

chen Begleitung angesagt sein kann, wenn man etwa bemerkt, dass man in bestimmten Situationen „überreagiert“ oder auch einem Angst bereitenden Gottesbild gegenüber. Erwähnt werden soll kurz, dass Humor⁸³ ein wichtiges Element der paradoxen Intention ist, aber auch einen nicht zu unterschätzenden Platz in der Geistlichen Begleitung einnehmen kann, wenn man gemeinsam lernt, über Vorfindliches etc. zu lachen.

b) Dereflexion

Mittels dieser Methode soll das Symptom durch Nichtbeachtung abgeschwächt werden.⁸⁴ Die Selbsttranszendenz⁸⁵ soll gefördert werden, d.h. über den Dingen und ggf. auch Menschen zu stehen, indem man sich anderswo festmacht, Halt findet, die die Haltung prägt und so das Verhalten steuert. Man wird angeleitet, seine Aufmerksamkeit umzulenken.

Je nach Situation verhilft diese Methode, zunehmend das Verhalten anderen weniger und das eigene mehr zu beachten oder umgekehrt, aus der übermäßigen Selbstbeobachtung herauszufinden, um wachsen zu können, sodass man in bestimmten Situationen reifer agieren und reagieren kann.

Grundsätzlich können Selbstdistanzierung und Selbsttranszendenz wichtige Etappen auf dem Weg geistlichen Wachstums sein.

c) Einstellungsmodulation

Sie zielt darauf ab, pathogene Einstellungen zu verändern.⁸⁶ Man kann dies auch erweitern: Persönliche Einstellungen und Werthaltung sind auf den Prüfstand zu stellen und notfalls zu korrigieren. Oftmals ist es die einzige Möglichkeit, mit bestimmten Gegebenheiten fertig zu werden, ohne zu kapitulieren, sondern, indem ich, auch wenn ich nichts ändern kann, agiere, indem ich meine Einstellung dazu frei wähle.⁸⁷ Der Mensch hat aus dem Geistigen/Geistlichen heraus die Entscheidungsfreiheit und Möglichkeit, jederzeit seine Einstellung zu ändern, ggf. eine positivere einzunehmen.⁸⁸ Gerade im Hinblick auf die tragische Trias, aber auch auf andere Lebenssituationen kann dies innerhalb der Geistlichen Begleitung eine hilfreiche Methode darstellen.

d) Horizonterweiterung

Im Zusammenhang mit der Suche nach Sinn ist es oftmals hilfreich, dem Gegenüber dabei zu helfen, die eigene, manchmal eingeschränkte, Sichtweise zu vergrößern, indem man miteinander die Fülle der vorhandenen Möglichkeiten erörtert und so hilft, den eigenen, vielleicht eingegrenzten Horizont zu erweitern. So kann man u.U. einen Sinn entdecken, der bisher verborgen geblieben ist.

Schlussbemerkung

Ich denke, dass man schon aufgrund der vorliegenden Darlegungen die These verifizieren kann, dass Geistliche Begleitung sowie Existenzanalyse und Logotherapie einem ähnlichen Welt- und Menschenbild entspringen und von daher als seelenverwandt bezeichnet werden können. Es würde sich für die Geistliche Begleitung lohnen, die sinnorientierte Psychotherapie als wichtiges Referenzwissen sich zu eigenen zu machen und deren Methoden in das eigene Handeln zu integrieren. Dabei sind wertschätzende Grundhaltung und aktives Zuhören selbstverständliche Voraussetzungen, die nicht eigens benannt werden müssen. Wie hilfreich die Logotherapie für ein erfülltes Leben sein kann, hat Elisabeth

⁸² Vgl. Elisabeth Lukas: Lehrbuch der Logotherapie. Menschenbild und Methoden. 3. Auflage. Profil Verlag: München; Wien: 2006, S. 65.

⁸³ Vgl. Riemeyer: Logotherapie, S. 161.

⁸⁴ Vgl. Riemeyer: Logotherapie, S. 156ff.

⁸⁵ Vgl. Lukas: Lehrbuch, S. 65f.; Riemeyer: Logotherapie, S. 159.

⁸⁶ Vgl. Riemeyer: Logotherapie, S. 165.

⁸⁷ Vgl. Lukas: Vom Sinn des Augenblicks, S. 15; Riemeyer: Logotherapie, S. 165.

⁸⁸ Vgl. Riemeyer: Logotherapie, S. 165.

Lukas in vielen Werken niedergelegt, aus denen sicher noch mehr Anregungen für den geistlichen Begleitungsprozess gewonnen werden können.

Literaturangaben:

Bäumer Regina; Plattig Michael: „Aufmerksamkeit ist das natürliche Gebet der Seele.“ Geistliche Begleitung in der Zeit der Wüstenväter und der personenzentrierte Ansatz nach Carl Rogers – eine Seelenverwandtschaft?!. In: Dies: Umformung durch Aufmerksamkeit – Aufmerksamkeit durch Umformung. Gesammelte Beiträge zur Geistlichen Begleitung (= Theologie der Spiritualität. Quellen und Studien 6). Sankt Ottilien: Eos 2014, S. 63-406.

Bäumer Regina: Klangschaalen und QiGong – esoterische Verzierung? Körperübungen auf dem geistlichen Weg. In: Bäumer/Plattig: a.a.O., S. 515-523.

Frankl Viktor E.: Der unbewusste Gott. Psychotherapie und Religion. 8. Auflage. Deutscher Taschenbuch Verlag 2006.

Köster Peter: Einführung in die Praxis geistlicher Begleitung. Eine Orientierung für Begleiter und Begleiterinnen. Books on Demand GmbH o.J.

Lambert Willi: Geistliche Begleitung auf dem Glaubensweg. „Was sind das für Dinge, über die ihr auf eurem Weg miteinander redet?“ Lk 24,17. In: „Da kam Jesus hinzu ...“ (Lk 24,15). Handreichung für geistliche Begleitung auf dem Glaubensweg. 25. März 2001. Hrsg. vom Sekretariat der Deutschen Bischofskonferenz (= Arbeitshilfen 158), S. 10-24.

Lukas Elisabeth: Lehrbuch der Logotherapie. Menschenbild und Methoden. 3. Auflage. Profil Verlag: München; Wien: 2006.

Lukas Elisabeth: Vom Sinn des Augenblicks. Hinführung zu einem erfüllten Leben. Topos: Kevelaer 2014 (= topos taschenbücher. Band 851).

Plattig, Michael: „Sag mir ein Wort, wie ich gerettet werden kann“ – Ursprung und Entwicklung geistlicher Begleitung – eine „Grobkizze“. In: „Da kam Jesus hinzu ...“ (Lk 24,15). Handreichung für geistliche Begleitung auf dem Glaubensweg. 25. März 2001. Hrsg. vom Sekretariat der Deutschen Bischofskonferenz (= Arbeitshilfen 158), S. 25-35.

Rahner Karl: Über das Verhältnis von Natur und Gnade. In: Schriften zur Theologie. Bd. 1. Einsiedeln, Zürich, Köln: Benzinger: 1954, S. 323-345.

Ders.: Kirche, Kirchen und Religionen. In: Ders.: Schriften zur Theologie. Bd. 8. Einsiedeln, Zürich, Köln: Benzinger: 1967, S. 355-373.;

Ders.: Die anonymen Christen. In: Schriften zur Theologie. Bd. 6. Einsiedeln, Zürich, Köln: Benzinger: 1965, S. 545-554. Ders.: Atheismus und implizites Christentum. In: Schriften zur Theologie. Bd. 8. Einsiedeln, Zürich, Köln: Benzinger: 1967, S. 187-212.

Riemeyer Jörg: Die Logotherapie Viktor Frankls und ihrer Weiterentwicklungen. Eine Einführung in die sinnorientierte Psychotherapie. Bern: Huber: 2007.

„... und Jesus ging mit ihnen“ (Lk 24,15). Der kirchliche Dienst der Geistlichen Begleitung. Hrsg. vom Sekretariat der Deutschen Bischofskonferenz. Bonn 2014 (= Die deutschen Bischöfe. Pastoralkommission; Nr. 39)

Sellmann Matthias: Was fehlt, wenn die Christen fehlen. Eine „Kurzformel des Glaubens“. 2. Auflage.
Würzburg: Echter 2021.