



Stephanie Höllinger | Mainz

geb. 1989, Dr. theol., wiss. Mitarbeiterin am
Lehrstuhl für Moralthologie der Johannes
Gutenberg-Universität Mainz

stephanie.hoellinger@uni-mainz.de

Sentire aude!?

Zur Deutung des Gefühls bei Ignatius von Loyola

Höre auf dein Herz! Vertraue deiner inneren Stimme! Verlasse dich einfach auf dein Bauchgefühl! – Ob in der einschlägigen Literatur oder einfach als wohlwollender Ratschlag nahestehender Personen: Solche Sinnsprüche begegnen uns überwiegend dort, wo wir wichtige Entscheidungen zu treffen haben, ja wo wir um eine (für uns) „richtige“ Antwort ringen. Die Aussage ist schnell auf den Punkt gebracht: Nimm das Innere, Intuitive, Affektive in seiner Bedeutung für deine persönliche Urteilsbildung ernst! Oder: *Sentire aude!*¹ Bediene dich deines Gefühls! Mit einer solchen Akzentuierung des Gefühls stehen diese Ratschläge jedoch im starken Kontrast zu jener Verhältnisbestimmung von Denken und Fühlen, wie sie bis heute in lehramtlichen Dokumenten oder theologischen Reflexionen vorgenommen wird und dabei, insbesondere im Kontext sittlicher Urteile, überwiegend vom Vorrang der Vernunft geprägt ist: Denken und Fühlen bilden zwei getrennte Sphären, wobei die Vernunft stets Oberhand zu behalten hat, während Gefühle meist als affektive Störfaktoren rationaler Abwägung und moralischer Ordnung gelten.

Offenbar haben wir es also mit einer gewissen Diskrepanz zwischen Alltag/Praxis und Theorie zu tun, welche die Ethik konfrontiert: Lässt sich das Verhältnis von Denken und Fühlen wirklich nur zugunsten einer der beiden Seiten lösen? Oder wäre auch eine Verschränkung denkbar? Kurz: Zwingt der Alltag die Theorie nicht doch dazu, die Rolle unserer Gefühle neu zu reflektieren?

1 Diese Formulierung ist bewusst an den Leitgedanken der Aufklärung (*Sapere aude!*) angelehnt, womit (im Kontrast zu *Sentire aude!*) festgehalten wird: „Wage es, weise zu sein!“ bzw. – in der Übersetzung von Immanuel Kant – „Habe Muth, dich deines eigenen Verstandes zu bedienen!“.

Eine mögliche Quelle für eine solche Reflexion lässt sich z.B. auch in der christlichen Spiritualität orten, die nicht zuletzt aufgrund ihrer Sensibilität für das Innenleben wertvolle Impulse für eine Würdigung und gelingende Integration der Gefühlswelt bieten kann. Um sich deshalb ersten Antworten anzunähern, soll anhand des *Katechismus der Katholischen Kirche* (KKK) zuerst das lehramtliche Verständnis von Gefühl (als a-rationaler Affekt) näher ausgeführt und dann der deutlich anders gelagerten Auffassung der „Seelenbewegungen“ in den *Geistlichen Übungen* (GÜ) des Ignatius von Loyola gegenübergestellt werden.

Vom affektiven Störfaktor (Katechismus) ...

Im Abschnitt zur „Sittlichkeit der Leidenschaften“ (KKK 1762–1775) heißt es in der Nummer 1768: „Die Leidenschaften sind sittlich gut, wenn sie zu einer guten Handlung beitragen; schlecht, wenn das Gegenteil der Fall ist. Der rechte Wille ordnet die sinnlichen Regungen, die er sich zu eigen macht, auf das Gute und auf die Seligkeit hin; der schlechte Wille erliegt den ungeordneten Leidenschaften und steigert sie.“ Oder mit KKK 1767 ausgedrückt: „Die Leidenschaften sind an sich weder gut noch böse. Sie werden nur in dem Maß sittlich bestimmt, als sie der Vernunft und dem Willen unterstehen.“ Gefühle sind in diesem Sinne also sittlich „neutral“, d.h. sind demnach nicht per se gut oder schlecht. Von wesentlicher Bedeutung für das Urteil ist stattdessen der (un-)vernünftige Umgang mit den Gefühlen. Nicht Angst, Scham oder Freude selbst sind der eigentliche Gegenstand der sittlichen Beurteilung, sondern vielmehr deren scheiternde bzw. gelingende Regulierung durch die menschliche Vernunft.

Insofern ist für die sittliche Beurteilung von Gefühlen stets ihr Verhältnis zum Verstand ausschlaggebend, wobei ihre Unterordnung unter das Denken entscheidet, ob das Fühlen sittlich „gut“ oder „schlecht“ ist. Die Vernunft soll unser Handeln folglich stets anleiten. Deshalb sind auch Gefühle mittels der Tugenden „des Verstandes und des Willens, die unser Tun regeln, unsere Leidenschaften ordnen und unser Verhalten der Vernunft und dem Glauben entsprechend lenken“ (KKK 1804), zu bändigen und ggf. zu korrigieren. Sittlich vollkommen sind Handlungen allerdings erst, wenn „der Mensch nicht allein durch seinen Willen, sondern auch durch sein Herz zum Guten bewogen wird“ (KKK 1773), das Gefühl somit im Einklang mit dem Willen bzw. Verstand des Menschen steht und ihn dadurch ergänzt, sozusagen komplettiert. Ziel ist nicht eine prinzipielle Leidenschaftslosigkeit, sondern die Beherrschung der Gefühle durch die Vernunft und damit letztlich die Übereinstimmung bzw. Synchronisation des Fühlens mit dem Denken.

Womit aber lässt sich diese tiefe Skepsis bzw. Voreingenommenheit gegenüber dem Gefühl erklären? Erste Hinweise auf diese Frage kann die Begriffswahl innerhalb des KKK liefern, worin ja vornehmlich von „Leidenschaften“, „Gemütsbewegungen“ oder „Regungen“ gesprochen wird. Dies deckt sich mitunter mit jenem Sprachgebrauch, der bis weit in die frühe Neuzeit dominant war und unter „Passionen“ vor allem ein Phänomen begreift, das eine Person ohne eigenes Zutun „überkommt“, ihr „widerfährt“, sie „ergreift“ und so zu „erleiden“ ist. Passionen sind etwas, das dem Menschen „zufällt“, d.h. stehen für das Zufällige, für das Ungeordnete. Gerade im Bereich des Sittlichen wird dieses Zufällige lehrämtlich jedoch bis in die Gegenwart als eine massive Bedrohung der Ordnung aufgefasst, wird das Gefühl zu einem unberechenbaren (Stör-)Faktor, sofern es nicht durch Denken beherrscht wird. Nur die (ordnende) Vernunft kann vor einem solchen Hintergrund eine sittliche Ordnung garantieren.

... zum moralischen Indikator (Geistliche Übungen)

Trotz des zweifellos affektiven Charakters von Gefühlen, weisen viele neuere Forschungen² darauf hin, dass die Definition des Gefühls als rein a-rationaler Störfaktor einseitig bleibt und somit zu kurz greift. Begründet wird diese Kritik u.a. mit dem Umstand, dass wir Angst, Scham oder Freude (meist) nicht ohne nennenswerten Grund oder Anlass empfinden, sondern weil wir auf unsere Umgebung reagieren, sie als furchterregend, beschämend, erfreulich erleben. Gefühle nehmen also Bezug zu unserer Außenwelt, antworten auf jene Dinge, Personen oder Situationen, die uns als Individuen jeweils unmittelbar anrühren. Dabei bleiben sie jedoch keine neutralen Antworten, sondern liefern für gewöhnlich eine Bewertung. Sich z.B. vor einem wilden Raubtier zu fürchten, signalisiert: Diese Situation stellt eine Bedrohung dar! Gefühle besitzen demzufolge eine eigene Rationalität, die Urteilen und Handeln immer schon beeinflusst, d.h. in der Praxis de facto durchaus Relevanz entfaltet, ohne damit aber per se Störfaktor sein zu müssen.

Für die Ethik hat diese Einsicht wichtige Implikationen: Hat man den sittlichen Umgang mit Gefühlen in der Vergangenheit meist auf deren Beherrschung durch die (ordnende) Vernunft beschränkt, werden sie heute vermehrt als zentrale Anhaltspunkte für moralisches Urteilen und Handeln begriffen. In diesem Sinne sind Gefühle stets Werterfahrungen, bieten uns Ausdeutungen

2 Sowohl in philosophischen als auch human- und sozialwissenschaftlichen Arbeiten erfährt die Beschäftigung mit Gestalt und Funktion von Gefühlen bzw. Emotionen seit den 1980er-, 1990er-Jahren (wieder) hohe Aufmerksamkeit. Innerhalb der (deutschsprachigen) Theologie findet die jüngere Emotionsforschung bisher jedoch kaum Rezeption. Ausnahmen sind z.B. C. Breitsameter, *Die Semantik „moralischer Gefühle“ zwischen Aktion, Reaktion und Interaktion*, in: MThZ 66/3 (2015), 243–256; M. Rosenberger, *Mit beherzter Vernunft. Fühlen und Denken in ihrer Bedeutung für das sittliche Urteil*, in: MThZ 53/1 (2002), 59–72.

unserer Wirklichkeit an. Was wir etwa in einer konkreten Situation empfinden, kann unser sittliches Urteil aus gutem Grund prägen, kann neben der bloßen Vernunftabwägung zusätzliche Orientierung für unsere Entscheidungen liefern. Die im KKK bis heute vorgelegte Fixierung auf die Regulierung des Gefühls durch den Verstand wird dieser gefühlten Rationalität jedoch nicht gerecht. Wie aber könnte eine Alternative dazu aussehen? Wie lassen sich diese Einsichten nun in eine Verhältnisbestimmung von Vernunft und Gefühl integrieren? Eindrucksvolles Beispiel hierfür liefert Ignatius von Loyola (1491–1556) in seinen *Geistlichen Übungen*.

Ignatius fasst Denken und Fühlen darin nicht zwangsläufig als ein Gegensatzpaar auf. Vielmehr haben in seiner Spiritualität neben der Vernunft auch „Seelenbewegungen“ ihren festen Platz, ja – mehr noch – gelten bei Ignatius sogar als „unersetzliche Indikatoren für die eigene Urteilsbildung“³, als eigens zu berücksichtigende „Indikatoren dafür, was in einer Situation zu tun richtig oder besser ist“⁴. Die ignatianische Unterscheidungslehre erschöpft sich daher nicht in einseitiger Vernunftbetätigung, sondern umfasst auch die bewusste Wahrnehmung und kritische Überprüfung innerer Gefühlsregungen als eigenständiger Informations- und Deutungsquelle. Im Unterschied zum KKK besitzen Gefühle für Ignatius sittlichen Eigenwert, können „Klarheit und Einsicht“ (GÜ 176) befördern und so Orientierung bei der Urteilsbildung bieten.

Gefühlsregungen gelten demnach als wichtige Hilfsmittel, um die „richtigen“ Entscheidungen zu treffen. Bei Ignatius wird dies besonders in der zweiten der insgesamt drei „Wahlzeiten“ (GÜ 175–188) deutlich: Denn in dieser Wahlzeit geht es in erster Linie darum, auf die inneren Seelenbewegungen zu achten – und sie ferner anzunehmen oder abzuweisen (GÜ 313). Nicht jede Regung ist hilfreich bzw. sittlich „gut“ und kann zum Maßstab eigener Urteilsbildung werden. Eine Entscheidung in dieser Phase setzt daher eine Unterscheidung der Geister (GÜ 313–336) voraus, welche vor allem die Klärung zur Aufgabe hat, ob die jeweiligen Regungen auch auf Gott hinzielen, nachhaltig zur Tröstung und damit zur „Zunahme von Hoffnung, Glaube und Liebe“ (GÜ 316) führen. Die Tröstung kann als sittlicher Maßstab dienen; wo hingegen allein Trostlosigkeit empfunden wird, sind „Änderungen“ (GÜ 318) bewusst zu vermeiden. Anders als im KKK sind Gefühle daher keine bloß a-rationalen, ethisch „neutralen“ Regungen.

Als Werterfahrungen bzw. -deutungen der Wirklichkeit können Gefühle auch selbst eine eigenständige Bedeutung für die persönliche Urteilsbildung entfalten. Gefühle gelten nicht mehr zwingend als affektive Bedrohung der sitt-

3 M. Rosenberger, *Mit beherzter Vernunft*, 69 [s. Anm. 2].

4 B. Niederbacher, *Emotion und Entscheidung. Erkenntnistheoretische Bemerkungen zur kognitiven Funktion affektiver Zustände in den Geistlichen Übungen von Ignatius von Loyola*, in: ZKTh 135/2–3 (2013), 212–229, hier: 213.

lichen Ordnung, sondern werden als u.a. rationale Indikatoren für ethische Entscheidungen wahr- und ernst genommen. Deshalb kann sich auch der Umgang mit dem Gefühl nicht auf seine Beherrschung durch bzw. Angleichung an die Vernunft zur Erlangung sittlicher Vollkommenheit wie etwa im KKK beschränken. Vielmehr zielt Ignatius auf eine wechselseitig (!) vollzogene Synchronisation von Denken und Fühlen: So wie die Regungen in ihrer Ausrichtung auf Tröstung bzw. Trostlosigkeit in der zweiten Wahlzeit unter Einsatz der Vernunft zu unterscheiden sind, so ist die dritte (unbewegte) Wahlzeit nur angezeigt, wenn sonst keine Wahl getroffen werden kann (GÜ 178), und wird z.B. gerade im *Pilgerbericht* mehrfach auf das Gefühl (PB 22–25) zurückgelenkt.⁵

Mit dem KKK teilt Ignatius also die Absicht einer Übereinstimmung von Denken und Fühlen. Die Herstellung dieser Übereinstimmung erfolgt aber nicht durch Anpassung des Fühlens an das Denken, sondern durch gegenseitige Prüfung und Justierung. Ignatius legt damit eine Deutung des Gefühls vor, die trotz manch offener Frage⁶ eine hohe Anschlussfähigkeit an die Erkenntnisse der modernen Emotionsforschung aufweist, bisher aber kaum in lehramtlichen Dokumenten wie theologischen Reflexionen weiter vertieft worden ist. Als Werterfahrungen besitzen Gefühle Ignatius zufolge eine ihnen eigentümliche Rationalität, welche die sittliche Urteilsbildung „informieren“, Entscheidungen folglich durchaus rechtfertigen kann. Ihr Verhältnis zur Vernunft lässt sich deshalb nicht auf Unterordnung und Angleichung reduzieren, sondern ist als komplementäre Beziehung zu beschreiben, die u.a. besagt: *Sentire aude!* Habe Mut, dich (neben deines Verstandes) auch des Gefühls zu bedienen!

5 Auch K. Rahner und P. Knauer stimmen darin überein, dass es Ignatius vor allem um die zweite Wahlzeit geht. Im Unterschied zur dritten Zeit der „Objektivierung“ soll nach P. Knauer in der Zeit der „Subjektivierung“ der zuerst rational identifizierte und abgewogene Gegenstand nochmals auf das eigene „innere Echo“ hin überprüft werden. Vgl. P. Knauer, *Die Wahl in den Exerzitien von Ignatius von Loyola. Vom Geistlichen Tagebuch und anderen ignatianischen Schriften her gesehen*, in: ThPh 66/3 (1991), 321–337, bes. 326f.330; K. Rahner, *Das Dynamische in der Kirche* (QD 5). Freiburg i. Br. 1958, bes. 90–93.

6 Offen bleibt in den GÜ z.B. die Klärung und Darlegung jener Kriterien, welche die Angemessenheit der Gefühlsregungen bestimmen, d.h. entscheiden, welche Gefühle zu „wahrer“ und damit zu nachhaltiger „Tröstung“ bzw. „Trostlosigkeit“ führen.