

Geistliche Prozesse oder: Das Leben und die Arbeit ins Gebet nehmen

Benno Kuppler SJ

Ein geistlicher Prozess will in der Betriebsamkeit des Alltags nur schwer gelingen. Grundfragen des Menschen rufen nach einem lebens- und glaubensgeschichtlichen Einstieg. Woher komme ich? Wohin gehe ich? Was ist der Sinn meines Lebens? Wenn „Storymanagement“ aktuell ist, erhalten die „Geistlichen Übungen“ neue Bedeutung für Führungskräfte, für Coaching und Beratung. Entscheidungsprozess aus dem Glauben. Ziel ist, das Leben zu ordnen und Gott in allen Dingen zu suchen und zu finden.

Ein geistlicher Prozess: eine erste Annäherung

Am Starnberger See in Bernried Anfang Juli 2004. Ich sitze auf der Treppe des Badehäuschens, die Füße habe ich „mutig“ ins frische Wasser des Sees getaucht. Mein Blick gleitet über den See. Ich beginne mit meinen Sinnen wahrzunehmen. Ich höre das Plätschern des Wassers am Saum des Sees. Braunes Wasser wälzt sich an der Böschung, angefüllt von Samen der Bäume und Büsche. Libellen huschen über die leicht gekräuselten Wellen. Enten ziehen in Prozessionsordnung ihre schmalen Furchen durch den See. Der Duft der wilden Wiese steigt mir in die Nase. Der Geschmack von Leben in Fülle liegt in der Luft und steigt in mir auf.

Rund um das Badehäuschen ist das Wasser klar und still. Die Steine, der Sand, der Boden des Sees liegt dem Betrachter offen vor Augen. Gleitet der Blick weiter auf den See, hebt sich eine milchig-grüne Strömung aus der Weite des Sees ab. Hier scheint sich das Wasser nicht zu bewegen.

Auf der Mitte des Sees ist heftiger Wellengang: Die Bugwellen eines Ausflugsdampfers haben den See aufgewühlt, Motorboote schneiden die Wellenkämme. Und andere Boote haben ihre Segel in die leichte Brise gestellt. Volle Segel geben den Booten Geschwindigkeit und Eleganz in der wärmenden Sonne dieses Nachmittags.

Ein See und unterscheidbare Strömungen in diesem einen See. Ein Gleichnis für mich, der ich zu einem Einkehrtag zu den Benediktinerinnen nach St. Martin gefahren bin. Eine kurze Auszeit zum Anhalten und Aufatmen. Wahrnehmen der Bewegungen und Strömungen in mir. Mein Leben und meine Arbeit ins Gebet nehmen, ein geistlicher Prozess, der in der Betriebsamkeit des Alltags nur schwer gelingen will. Bei einer ersten Annäherung an mein Thema fielen mir dann einige Stich-Worte zu „geistlichen Prozessen“ in der Geschichte meiner Kirche ein.

Geistliche Prozesse: Gerichtsverfahren

Gegen Hexen und gegen Frauen und Männer, die beschuldigt wurden und werden, die Orthodoxie, die Rechtgläubigkeit zu verraten, aber auch gegen Priester, die in ihrem Amt Kinder und andere abhängige Personen missbraucht haben, gibt es Prozesse. Im Buch 7 des Kirchenrechtes (CIC) ist die Prozessordnung geregelt. Vorher werden im Buch 6 des CIC die Strafbestimmungen in der Kirche geregelt. Es sind die letzten Bücher des katholischen Kirchenrechtes.

Ignatius von Loyola (1491–1556) hatte sich auch der Inquisition zu stellen. Er pflegt geistliche Gespräche mit Interessierten und beginnt auch die „Geistlichen Übungen“ (im Folgenden zitiert „GÜ“ mit der jeweiligen Rand-

nummer), in denen seine Erfahrungen aus Manresa und Jerusalem für die Weitergabe aufbereitet sind. Das Urteil der Inquisition vom 1. Juli 1527 untersagte Ignatius und seinen Freunden jegliche apostolische Tätigkeit: sie waren doch keine Theologen.

Und Ignatius wurde in seiner Antwort zum Vorläufer vieler dem Index verfallenden Theologen, im „Bericht des Pilgers“ (BP), seiner Autobiographie, berichtet er seine Reaktionen:

„Der Pilger erklärte, er werde alles ausführen, was das Urteil ihm befehle, aber er werde es nicht annehmen. Denn ohne dass auch nur die geringste Kleinigkeit wirklich verurteilt worden sei, verschließe man ihm den Mund, damit er nicht mehr seinen Mitmenschen zu Hilfe komme, soweit er dies vermöge.“ (BP 70.) Nach seiner Freilassung aus dem Gefängnis empfand er: „Große Bedenken ... gegen einen weiteren Aufenthalt in Salamanca. Denn mit diesem Verbot, näher zu bestimmen, was Todsünde und was lässliche Sünde sei, schien ihm jedes Tor verschlossen, den Seelen noch wirklich nutzbringend helfen zu können. Daher beschloss er, zum Weiterstudium nach Paris zu gehen.“ (BP 71) Ignatius pilgert in die theologische Hochburg seiner Tage.

Geistliche Prozesse:

Prozessionen und Wallfahrten

Erinnert sei an Fronleichnam, an Flurprozessionen, an Prozessionen zu Feiertagen von Heiligen, vor allem Marienprozessionen. Diese sind oft mit Wallfahrten verbunden, gemeinsamen Prozessionen von Menschen, die ihr Leben und ihre Arbeit ins Gebet vor Gott nehmen. Und solche Prozessionen gab und gibt es in allen Kulturen und Religionen. „Wikipedia“, die Internet-Enzyklopädie, nennt als

prominente Wallfahrtsorte des griechischen Altertums: Epidaurus, Delphi und Ephesos, das zu einem Pilgerziel der alten Kirche umgewandelt wurde. Jerusalem, die Heilige Stadt, bildet das Ziel der Pilgerschaft der drei Buchreligionen, Juden, Christen und Muslime.

Auf den Pilgerweg nach Jerusalem hat sich Ignatius von Loyola selbst von 1523 bis 1524 gemacht. 1537 scheidet eine zweite Pilgerreise gemeinsam mit seinen Gefährten nach Jerusalem zu missionarischer Tätigkeit in Palästina an politischen Wirren. Und so pilgerte Ignatius weiter nach Rom. Seine Briefe unterschrieb er immer wieder mit der „Pilger“.

Ein geistlicher Prozess:

Grundfragen des Menschen

Geistliche Prozesse rufen nach einem lebens- und glaubensgeschichtlichen Einstieg. Was ich damit meine, soll zunächst erzählt werden. Jeder von uns hat seine eigene Lebensgeschichte: seine Eltern und Familie, seine Ahnen, seine Erfahrungen in und mit der Kirche, in Beruf, in Familie und Partnerschaft, im Freundeskreis, in einem Club oder Verein. Selten aber machen wir die Erfahrung, dass diese unsere individuelle Lebensgeschichte auch unsere ganz persönliche Glaubensgeschichte ist. Schon die wenigen Lebensbereiche, die ich exemplarisch aufgezählt habe, machen aber deutlich, dass meine eigene Lebens- und Glaubensgeschichte nicht zu denken ist ohne ein Leben mit vielen Menschen und Ereignissen, Freude, Trauer und (Grenz-)Erfahrungen.

Woher komme ich? Wohin gehe ich? Was ist der Sinn meines Lebens? Fragen nach der eigenen Lebens- und Glaubensgeschichte melden sich nicht als Termine im Kalender.

Stationen meiner Lebens- und Glaubensgeschichte

In eine katholische Familie bin ich 1948 hineingeboren worden und wurde vertraut mit religiösen Bräuchen, ging zur ersten heiligen Kommunion, war Ministrant. Das Studium der Betriebswirtschaftslehre (BWL) führte mich nach Mainz und Mannheim. Kurz vor meinem Examen als Diplom-Kaufmann besuchte ich dort mit einem guten Freund eine Priesterweihe in der nahe gelegenen Jesuitenkirche. Während der Weiheliturgie brach in mir eine Frage auf, die ich lange unterdrückt hatte: Sollte ich nicht doch Priester werden?

Eine Zeit des Suchens und Zweifelns

Und schließlich trat ich im September 1975 als Diplom-Kaufmann in das Noviziat der Gesellschaft Jesu ein. Ich fühlte mich am richtigen Platz. Während der 30-tägigen geistlichen Übungen des Ignatius erlebte ich zum ersten Male ganz bewusst, dass ich auch eine Lebensgeschichte habe: dass es Menschen gab in meinem Leben, die mich an wichtigen Wegkreuzungen ganz unauffällig, aber sehr wirksam begleiteten.

Ein Gott und viele Geschichten

Dass es einen Gott gibt, der gerade dann, wenn ich meinte, es gäbe ihn nicht oder er sei ein ferner Gott, mir näher war, als ich mir selbst war. Leben mit meiner Geschichte ist nicht problemlos und leicht, aber ich habe erfahren, dass es nur ein Heute für mich gibt, wenn ich das Gestern als meine Vergangenheit und das Morgen als meine Zukunft annehmen kann. Leben ist unteilbar und ewig.

Mein früheres Studium der BWL meinte ich nun vergessen zu kön-

In der Pflege einer sensiblen geistlichen Kommunikation, nicht nur im Schweigen und im Beten liegt die Kraft der Exerzitien.

nen. Doch dann wurde ich in der Philosophie auf Fragen gestoßen, die in der BWL nicht vorkamen: Was sind die geistigen Grundlagen der Wirtschaftswissenschaften? Woher kommt diese Disziplin? Und ich lernte, dass Adam Smith, der Urvater der Nationalökonomie, Professor für Moral gewesen war.

Beim Theologie-Studium in Frankfurt-St. Georgen erlebte ich, dass der Glaube nicht irgendetwas Zusätzliches zum wirklichen Leben ist, sondern die Grund-Lage meines Lebens ist. Die Theologie selbst erfuhr ich als „Drumrum-Reden“, als Reflexion auf den christlichen Glauben, als Paraphrase, eben das Drumrum-Reden um Jesus von Nazareth, der als Sohn Gottes offenbart ist. Und wieder stieß ich auf das Moment der Geschichte: in einem ganz konkreten Moment – als die Fülle der Zeit gekommen war – sandte Gott seinen Sohn (vgl. Gal 4,4). Gott erweist uns die Gnade der Erlösung. Die Heilsgeschichte erlebte ihren Höhepunkt.

Wissen um die Heilsgeschichte

Woher wissen Sie und ich um unsere Geschichte, die Geschichte unserer Familien, die Geschichte des Glaubens? Weil es Menschen vor uns gab, die ihre Erlebnisse reflektierten und so zu Erfahrungen werden ließen, die sie uns weitererzählen. Es war einmal ... Ja, damals, da ereignete sich ... Du musst dir vorstellen, auf einmal passierte es ... Ihre und meine Glaubensgeschichte gründet auf solche Er-

zählungen, auf das Wort, das uns zugesprochen wird. Johannes nennt in seinem Evangelium deshalb Jesus das Wort Gottes, den Logos. Der Glaube kommt vom Hören. Das Alte und Neue Testament erzählen uns die Geschichte, die Erfahrungen der Menschen mit diesem Gott. In den Lesungen der Liturgie sind sie lebendig.

Heilsgeschichte als „Storymanagement“

Ignatius von Loyola und seine „Geistlichen Übungen“ erhalten von unerwarteter Seite eine neue Bedeutung, auch für Führungskräfte unserer Tage, für Coaching und Beratung. Denn ohne biblische Geschichten geht nichts bei den geistlichen Übungen (vgl. GÜ 261–312). Der narrative Ansatz des „Storymanagement“ findet immer häufiger Anwendung in der Beratung, weil Geschichten auf die gesamte Lebensgestaltung zielen. Ausgangspunkt und Leitvorstellung ist die „Suche nach dem guten Leben“, die Frage nach einem erstrebenswerten Sinn, nach dem Sinn und Ziel des Lebens des Menschen und einer Organisation.

Ein geistlicher Prozess:

Das Fundament

„Wir alle brauchen jemanden, der uns keine Vorwürfe macht.“ So lese ich auf einer Spruchkarte und benutze diese Worte immer wieder in Seminaren. Die Zustimmung der Teilnehmer ist uneingeschränkt positiv. Allerdings mache ich dann auf einen

„Haken“ aufmerksam. Der Text ist negativ formuliert: „keine Vorwürfe“ machen. Und doch deckt diese Formulierung eine positive Sehnsucht auf: Jeder Mensch will angenommen werden, so wie er ist. Ignatius beschreibt diese Sehnsucht als „Prinzip und Fundament“ (GÜ 23) am Beginn des geistlichen Prozesses: „Der Mensch ist geschaffen dazu hin, Gott Unseren Herrn zu loben, Ihn zu verehren und Ihm zu dienen, und so seine Seele zu retten. Die andern Dinge auf Erden sind zum Menschen hin geschaffen, und um ihm bei der Verfolgung seines Zieles zu helfen, zu dem hin er geschaffen ist. Hieraus folgt, dass der Mensch sie soweit zu gebrauchen hat, als sie ihm zu seinem Ziele hin helfen, und soweit zu lassen, als sie ihn daran hindern.“ (GÜ 23) Damit ist das Lebensziel des Menschen beschrieben.

„Darum ist es notwendig, uns allen geschaffenen Dingen gegenüber gleichmütig (indifferentes) zu machen, überall dort, wo dies der Freiheit unseres Wahlvermögens eingeräumt und nicht verboten ist, dergestalt, dass wir von unserer Seite Gesundheit nicht mehr (magis) als Krankheit begehren, Reichtum nicht mehr (magis) als Armut, Ehre nicht mehr (magis) als Ehrlosigkeit, langes Leben nicht mehr (magis) als kurzes, und dementsprechend in allen übrigen Dingen, einzig das ersennend und erwählend, was uns jeweils mehr (magis) zu dem Ziele hin fördert, zu dem wir geschaffen sind.“ (GÜ 23) Hier nimmt Ignatius die verschiedenen Aspekte menschliches Lebens in den Blick, die in den geistlichen Übungen entfaltet werden.

Das Fundament als Brennglas

Wie in einem Brennglas fasst dieser Text das Anliegen und das Ziel

der 30-tägigen Exerzitien zusammen: die Suche nach dem Sinn des Lebens angesichts meiner eigenen Geschöpflichkeit. Zentrale Stichworte sind: der Mensch; Gott, der Schöpfer; das Ziel des Lebens; die Umkehr; die Gleichmütigkeit; die Freiheit der Entscheidung.

David L. Fleming SJ hat das Anliegen des Prinzips und Fundaments von Ignatius in unser Lebensgefühl übertragen: „Ziel unseres Lebens ist es, für immer mit Gott zu leben. Gott gab uns Leben, weil Er uns liebt. Unsere eigene Antwort der Liebe ermöglicht es, dass Gottes Leben grenzenlos in uns hineinströmt. Alle Dinge dieser Welt sind Geschenk Gottes, uns angeboten, damit wir Ihn leichter erkennen und uns Ihm bereitwilliger liebend zurückgeben.“

Grundform der geistlichen Übungen

Die Exerzitien des Ignatius entspringen den geistlichen Erfahrungen seiner Bekehrung während des Aufenthalts in Manresa (1522). Schon früh begann er diese seine Erfahrungen und Einsichten in geistlichen Übungen an andere weiterzugeben. Ignatius gliedert seine Exerzitien in vier inhaltliche Wochen. Die Vollform umfasst dreißig Tage, um den geistlichen Prozess zu durchleben. Die Gliederung der Exerzitien stelle ich kurz vor, weil ich ihr in meinem Beitrag folge.

Bemerkungen – Geistliche Übungen – Prinzip und Fundament – Erste Woche – Zweite Woche – Wahlzeiten – Dritte Woche – Vierte Woche – Die Betrachtung zur Erlangung der Liebe – Die Unterscheidung der Geister.

„Der äußerlich spröde wirkende Text ist dazu bis heute eine Anleitung, wie Menschen ihr Leben ordnen und Gott in allen

Dingen suchen und finden können.“ (Ch. Kentrup SJ) Die geistlichen Übungen sind kein „Lesebuch“ zur geistlichen Auferbauung, sondern ein „Werkbuch“ des Begleiters, um mit dem Exerzitanten den Entscheidungsprozess aus dem Glauben mitzugehen.

Den geistlichen Prozess kann ein Mensch in unterschiedlichen Lebenssituationen, in verschiedenen Formen und immer wieder neu durchlaufen: als „Schnupperkurs“ an einem Wochenende in Gemeinschaft, in Kurzexerzitien von acht Tagen gemeinschaftlich für weniger Geübte oder als Einzel-exerzitien, aber auch in der Vollform von dreißig Tagen als Einzel-exerzitien.

Für berufstätige Menschen soll der Begleiter die Inhalte und Zeit sinnvoll anpassen: „Einem, der von Dingen der Öffentlichkeit oder von wichtigen Geschäften in Anspruch genommen ist, der aber doch Bildung und gute Begabung besitzt, gebe man für die Übungen anderthalb Stunden (täglich); man erkläre ihm, wozu der Mensch geschaffen ist ...“ (GÜ 19). Daraus haben sich in den letzten Jahren Exerzitien im Alltag entwickelt, die teilweise über Printmedien und Internet angeboten werden. Elemente der geistlichen Übungen fließen auch in mein Coaching, das spiritual consulting und meine Vorträge ein. Schauen wir uns Inhalte und einige Phasen der Exerzitien näher an.

Ein geistlicher Prozess:

Die Exerzitien des Ignatius von Loyola

Unter dem lateinischen Titel „Exercitia spiritualia“ werden die „Geistlichen Übungen“ am 31.7.1548 von Papst Paul III. nach langwierigen Prüfungen approbiert. Acht Jahre später stirbt Ignatius am 31.7.1556. In der

ersten Nummer der „Geistlichen Übungen“ beschreibt er sein Verständnis von Exerzitien.

„Unter geistlichen Übungen versteht man jede Art, das Gewissen zu erforschen, sich zu besinnen (meditar), zu betrachten (contemplar), mündlich und im Geiste zu beten und andere geistige Tätigkeiten, wie später erklärt wird. Denn wie Lustwandeln, Ausschreiten und Laufen körperliche Übungen sind, so nennt man geistliche Übungen jede Weise, die Seele vorzubereiten und in Bereitstellung zu setzen (disponer), dazu hin, alle ungeordneten Hinneigungen von sich zu tun, und nachdem sie abgelegt sind, den göttlichen Willen zu suchen und zu finden in der Einrichtung (disposición) des eigenen Lebens zum Heile der Seele.“ (GÜ 1)

Mit anderen Worten des Ignatius dienen geistliche Übungen dazu, „sich selbst zu überwinden und sein Leben zu ordnen, ohne sich durch irgendeine Neigung, die ungeordnet wäre, bestimmen zu lassen.“ (GÜ 21) Es sind „Übungen“, die der Exerzitant ausführt, um sein Leben klarer zu sehen, Erfolge und Versagungen zu betrachten, Schuld anzuerkennen und Versöhnung anzunehmen und neu zu gestalten. Wichtige Voraussetzungen im Verhältnis zwischen dem, der diese gibt, wie dem, der sie empfängt, und über die Methodik beschreibt Ignatius in den „Bemerkungen“ (GÜ 1–22).

Bedeutung von Übungen und Schweigen

Drei kleine Geschichten als ein Einstieg, um die Bedeutung des Übens und Schweigens zu verstehen:

„Wenn ich einen Tag nicht übe, merke ich es. Wenn ich zwei Tage nicht übe, merken es meine Freunde. Wenn ich drei Tage nicht übe, merkt es das Publi-

kum.“ (Unbekannter Konzertpianist)

„Ein Schüler fragte den Meister im geistlichen Leben: Kann ich etwas tun, um erleuchtet zu werden? Darauf der Meister: Genau so wenig, wie du dazu beitragen kannst, dass morgens die Sonne aufgeht. Da meinte der Schüler: Was nützen dann die Übungen, die Sie vorschreiben? Der Meister antwortete: Um sicher zu gehen, dass du nicht schläfst, wenn die Sonne aufgeht.“

„Zu einem Mönch kam eines Tages ein Besucher und fragte ihn: Was bringt dir dein Leben in Stille? Der Mönch war eben dabei, Wasser aus einem tiefen Brunnen zu schöpfen und lud den Besucher ein: Schau in den Brunnen! Was siehst du? Ich sehe nichts. Nach einer Weile forderte ihn der Einsiedler auf: Schau noch einmal hinein! Ja, jetzt sehe ich mich selber. Vorher war das Wasser unruhig, du hast nichts als seine bewegte Oberfläche gesehen. Jetzt ist das Wasser ruhig. Das ist die Erfahrung der Stille: Man sieht sich selbst.“

Die „Exerzitionsreise“

Diese Reise ist eine Einladung, „das zu entdecken, was Gott in das eigene Leben hineingelegt hat.“ Ignatius gibt in seinen geistlichen Übungen die dynamische Kraft seines eigenen geistlichen Weges weiter an andere. Die Exerzitionen sind ein Wegweiser bei der Reflexion über die Bedeutung des eigenen Lebens, über unsere Beziehung zu Gott und den Menschen. Sie sind ein Prozessweg, der den Menschen zur Annahme des Geheimnisses Gottes und zur Entdeckung des eigenen Ichs führt. In diesem Prozess wird der Mensch mit seiner Zwiespältigkeit konfrontiert. Das Ziel dieses Weges ist die Selbstwerdung und das Hineinwachsen in das

Sein für andere zum Lobpreis und Dienst Gottes.“ (Kardinal-König-Haus.)

Ein geistlicher Prozess:

Bemerkungen des Ignatius
Einige zentrale „Bemerkungen“ will ich im Wortlaut wiedergeben, um Voraussetzungen und Methoden des geistlichen Prozesses besser zu verstehen.

Das Verhältnis von Exerzitant/Exerzitantin und Exerzitionsbegleiter

Das Verhältnis zueinander setzt voraus: „dass jeder gute Christ mehr bereit (magis) sein muss, eine Aussage des Nächsten zu retten, als sie zu verdammen. Vermag er sie aber nicht zu retten, so forsche er nach, wie jener sie versteht, und wenn er sie übel versteht, so verbessere er ihn mit Liebe, genügt dies aber nicht, so suche er alle passenden Mittel, dass jener, sie richtig verstehend, sich rette.“ (GÜ 22)

In der Pflege einer sensiblen geistlichen Kommunikation, nicht nur im Schweigen und im Beten liegt die Kraft der Exerzitionen. „Wo gab und gibt es schon“, fragt W. Lambert SJ, „... das Angebot für eine angstarme Kommunikation?“ Denn in den täglichen Gesprächen wird die Situation des Lebens nicht beurteilt oder bewertet. Vielmehr begegnen sich Exerzitant und Exerzitionsbegleiter trotz aller sinnvollen und hilfreichen Rollenunterschiede auf gleicher Augenhöhe vorurteils- und vorwurfsfrei.

Der Exerzitant: Erwartungen und Voraussetzungen

Dieser muss bereit sein, beim Hören und Meditieren der Botschaft Christi in einen Prozess der Selbsterkenntnis einzusteigen und großes Vertrauen in das Wirken Gottes zu setzen. Zugleich ist es

wichtig, im Jetzt des geistlichen Prozesses zu leben und nicht im erwarteten Morgen. Er soll bei der Sache bleiben.

Deshalb soll der Übende während der ersten Woche nichts von dem erfahren, „was er in der zweiten Woche zu tun haben wird, sondern dass er in der ersten so sehr sich bemühe, das zu erlangen, was er sucht, als ob er in der zweiten nichts Gutes mehr zu finden hoffte.“ (GÜ 11)

Trost und Trostlosigkeit

Großes Augenmerk richtet Ignatius auf seelische Bewegungen, auf Stimmungen, die auf den Prozess Einfluss nehmen.

„Wenn es zur Zeit der Tröstung leicht ist, eine ganze Stunde in der Betrachtung zu bestehen, so ist es zur Zeit der Trostlosigkeit sehr schwer, sie auszufüllen.

Darum soll der sich Übende, um gegen die Trostlosigkeit anzugehen und die Anfechtung zu besiegen, immer ein wenig mehr als die volle Stunde ausharren, damit er sich daran gewöhne, dem Feind nicht nur zu widerstehen, sondern ihn auch niederzuschlagen.“ (GÜ 13) Von Trost und Trostlosigkeit wird auch in GÜ 316–324 gehandelt, wenn es an der Zeit ist. In der Sprache unserer Tage sprechen wir statt von „Tröstung“ und „Trost“ eher von Stimmungen wie Freude, innere Begeisterung, Schwung, Hochstimmung, Auftrieb. „Trostlosigkeit“ oder „Misstrost“ beschreiben wir mit Niedergedrücktheit, Frust, Abgeschlafftheit, Widerwille, Unlust.

Maß und Mitte der geistlichen Übungen: der konkrete Mensch

„Die vorliegenden Übungen haben sich an die Voraussetzungen (disposición) derer, die sie empfangen wollen, nämlich an ihr Alter, ihre Bildung oder ihre

Kein Handy, kein Internet, kein Organizer. Statt dessen Begegnung mit Gott, dem Schöpfer, und sich selbst.

Begabung, anzupassen, damit nicht einem, der ungebildet oder von geringem geistigem Umfang ist, Dinge vorgetragen werden, die er nicht ohne Überspannung seiner Kräfte zu tragen und aus denen er keinen Nutzen zu ziehen vermag. Desgleichen soll einem jeden entsprechend der Weise, in der er sich zur Verfügung stellen will (disponer), das vorgelegt werden, woraus er jeweils mehr Nutzen und Fortschritt ziehen kann ..." (GÜ 18)

„Erfolg“: Voraussetzungen

Wichtig für den „Erfolg“ geistlicher Übungen ist es, dass sich der Übende „abscheidet von allen Freunden und Bekannten und von aller irdischen Sorge, indem er zum Beispiel das Haus verlässt, das er bewohnt hat, und sich ein anderes Haus oder Zimmer wählt, um daselbst so zurückgezogen als möglich zu leben ..." (GÜ 20) Konkret bedeutet dies heute: kein Handy, kein Internet, kein Organizer, stattdessen Begegnung mit Gott, dem Schöpfer, und sich selbst. Karl Valentin sagt einmal: „Heute will ich mich besuchen, hoffentlich bin ich daheim!“

Der Exerzitienbegleiter:

Persönliche Voraussetzungen

Der Exerzitiengeber muss einfühlsam und achtsam sein, fordert Ignatius. So wird er gewahr, „dass in der Seele dessen, der sie empfängt, keinerlei geistliche Bewegungen stattfinden, als da sind Tröstungen oder Trostlosigkeiten, und er nicht von verschiedenen Geistern getrieben wird,

muss er ihn viel um die Übungen fragen: ob er sie zu den festgesetzten Zeiten halte, und wie, und desgleichen um die Zusätze, ob er sie mit Sorgfalt beachte; über alle diese Dinge soll er sich im einzelnen erkundigen.“ (GÜ 6, vgl. GÜ 7–8) Der Begleiter geht den Weg des Prozesses mit, ist nicht der „Meister“ des Prozesses. Deshalb sind seine eigenen Erfahrungen im Umgang mit Stimmungen wichtig.

Neutralität gegenüber Entscheidungen

Ignatius warnt ausdrücklich vor jeder Einflussnahme auf Entscheidungen, eine Waage im Gleichgewicht soll der Begleiter sein. So darf er „den Empfangenden nicht mehr (magis) zur Armut oder zu einem Versprechen hin bewegen als zu deren Gegenteil, noch auch mehr zu einem Stand oder einer Lebensweise als zu einer andern.“ Denn es ist viel besser, „dass Er selber, der Schöpfer und Herr, sich Seiner Ihm hingegebenen Seele mitteile, sie zu Seiner Liebe und Seinem Lobpreis umfange und sie zu jenem Weg hin bereite (disponer), auf dem sie Ihm fürderhin je besser dienen kann.“ Dann ist es möglich, „unmittelbar den Schöpfer mit Seinem Geschöpf wirken zu lassen und das Geschöpf mit seinem Schöpfer und Herrn.“ (GÜ 15)

Diskretion und Anpassung

Ein „Ausfragen“ des Übenden durch den Begleiter lehnt Ignatius ab, fordert aber zugleich ein flexibles Eingehen auf den Prozess des Übenden. Er soll nicht

versuchen, „die persönlichen Gedanken und Sünden des Empfangenden auszuforschen und kennen zu lernen“, aber sich unterrichten lassen, „über die verschiedenen Regungen und Gedanken, die die verschiedenen Geister jenem einflößen. So kann er ihm entsprechend seinem größeren oder geringeren Vorankommen verschiedene geistliche Übungen vorlegen, die der Not einer so bewegten Seele angepasst und zugemessen sind.“ (GÜ 17)

Das „Storymanagement“ des Ignatius

Die biblischen Geschichten in den geistlichen Übungen (vgl. GÜ 261–312) sollen Sinn stiften und zur Identifikation einladen. Das Erzählen biblischer Geschichten ist gleichsam ein „Mandala“: dem Übenden dabei helfen, das Seine zu erreichen.

„Jener, der einem anderen Weise und Ordnung für die Besinnung oder Betrachtung vorlegt, soll getreu die Geschichte erzählen, über die die Betrachtung oder Besinnung gehalten werden soll, indem er die Hauptpunkte mit kurzer und inbegriffshafter Erklärung durchheilt. Denn wenn der Betrachtende die wahre Grundlage der Geschichte so kennen lernt, dass er selbstständig sie überdenken und auf ihren Grund dringen kann, und wenn er dabei irgend etwas findet, was die Geschichte ein wenig mehr erhellt und kosten lässt – mag dies nun durch eigenes Eindringen sein, oder sofern die Einsicht durch göttliche Kraft erleuchtet wird, so gewährt dies mehr Geschmack und geistliche Frucht, als wenn der, der die Übungen gibt, den Sinn der Geschichte viel erklärt und ausgeweitet hätte; denn nicht das Vielwissen sättigt die Seele und gibt ihr Genüge,

Der Begleiter geht den Weg des Prozesses mit,
ist nicht der „Meister“ des Prozesses.

sondern das Fühlen und Kosten der Dinge von innen.“ (GÜ 2) Berufstätige Männer haben ihre geistlichen Übungen unter dem Thema „Kain und Abel. Wenn Arbeitsbeziehungen tödlich wirken“ mit mir gemacht und Führungskräfte meditierten über „Mose und Jitro. Charismatische Führung braucht Strukturen“. Biblische Geschichten als Zustimmung, als „Storymanagement“, das eigene Leben zu betrachten.

Die Erste Woche – Das eigene Leben in den Blick nehmen

Im Mittelpunkt steht das Betrachten der eigenen Lebensgeschichte. Die eigene Identität in all ihren Facetten soll in den Blick genommen werden, Erfolge und Niederlagen, Scheitern und Schuld, Heil und Heilung. Daraus wird das Material gewonnen, das Ziel des Lebens (neu) auszurichten, wichtige frühere Ziele des Lebens (vielleicht) wiederzuentdecken. Dieser geistliche Prozess findet meistens in der Normalität des Lebens statt, wenn sich nichts Aufregendes ereignet, wenn das Leben scheinbar seinen gewohnten Gang nimmt.

Krisen können aber auch ein Impuls sein, nach dem Sinn des Lebens zu fragen, weil es um die Orientierung im Handeln und Denken, um Auseinandersetzung mit den eigenen Werten geht. Denn in der Krise fragen Menschen nach Identität und Kompetenz, das Leben selbstständig gestalten zu können bedroht. Das Gefühl von Hilflosigkeit vermittelt den Eindruck, es werde sich

nie mehr etwas zum Guten hin verändern. Versöhnung ist als Thema angesagt.

Deshalb ist nach Erfahrungen von Gelungenem, Geglücktem in seinem Leben zu fragen, die für ihn wichtig sind zum Leben-Können. Die Erfahrungen des Menschen sind zwiespältig: Glück ist zerbrechlich. Trotz äußerem Wohlstand gibt es unglückliche Menschen. Armen und kranken Menschen fehlt es oft nicht an Glückseligkeit und Froh-Sinn.

Der Spiegel der Lebensgeschichte

Alle Erfahrungen von Geglücktem und Gescheitertem rufen – oft unbewusst – die Frage wach: Was gibt mir, meinen Beziehungen, meinem beruflichen Bemühungen Sinn? Was ist dieses „Etwas“, das auch dann noch trägt, wenn das Scheitern offenbar zur menschlichen Grunderfahrung dazu gehört? Warum ist es oft erst nachträglich möglich, manchmal sogar nur auf dem Hintergrund von Unglück zu sagen: damals war ich glücklich!

Ein aktuelles Stichwort dazu ist Work-Life-Balance: Brüche, Schwächen, Abgrenzungen, und Verletzlichkeiten als Kern des Menschen zulassen. Das Leben und die Arbeit ins Gebet nehmen, um ein neues Gleichgewicht zu finden. Die Unterscheidung der Geister kann dabei helfen, durch die eigenen Lebensprozesse zu klären. Es ist gleichsam eine geistliche Einladung: „tell the story“ im Licht des Glaubens und öffne dich dem heilenden Prozess der Versöhnung.

Die Zweite Woche – Das Leben Jesu in den Blick nehmen

„Die Geheimnisse des Lebens Christi Unseres Herrn“ (vgl. GÜ 261–312) sind das Material für die Betrachtungen der zweiten Woche. Die biblischen Geschichten des Alten und Neuen Testaments sollen anregen, nach den Werten und Haltungen, den „Strickmustern“ des eigenen Lebens zu fragen und diese zu hinterfragen. „Wie kann ein Text, der über 2000 Jahre alt ist, wieder seine Kraft und Wahrheit entfalten?“, fragt Ch. Kentrup SJ stellvertretend für nicht wenige Christen heute. Seine Antwort lautet: „Wenn wir unvoreingenommen auf die Geschichte des Theaters und der bildenden Kunst schauen, hatten die Worte der Bibel immer eine ungemein produktive Dynamik.“ Ignatius greift diese Dynamik auch methodisch auf.

Der Schauplatz für diese Betrachtung

Bereits in der „Ersten Woche“ fordert Ignatius den Exerzitanten auf, sich die Lebenssituation klar vor Augen zu stellen: „composicion viendo el lugar“. Hans Urs von Balthasar übersetzt dies in seiner Übertragung der Exerzitien mit „Zurichtung des Schauplatzes“, Hugo Rahner SJ mit „anschauliche Vorstellung des Ortes“, Adolf Haas SJ mit „Aufbau des Schauplatzes“. Dieser methodische Hinweis, den Schauplatz zu bereiten, begleitet auch die späteren Betrachtungen. „Der Schauplatz für diese Betrachtung ist nicht nur ein inneres seelisches Geschehen, sondern zuerst der Raum und das Haus, wo jemand gelebt hat. Zum Schauplatz gehören weiter die Menschen, mit denen derjenige in Beziehung gestanden hat und die Frage danach, welches Amt er innehatte.“ (Ch. Kentrup SJ.)

Welche Bedeutung haben Räume im eigenen Lebenshaus, welche Räume sind offen und einladend, in welchen Räumen überlebe ich selbst nur, welche Räume meide ich?

Der Dialog als Abschluss

Alle Betrachtungen lässt Ignatius dialogisch enden. „Zum Schluss eine Aussprache halten. Sich überlegen, was ich den drei Göttlichen Personen sagen soll, oder dem Ewigen Wort, das Fleisch geworden ist, oder Unserer Mutter und Herrin. Gemäß dem, was jeder in sich verspürt, wird er bitten, um je bessere Nachfolge und Nachahmung Unseres Herrn, der soeben Fleisch geworden ist, und ein Vater Unser beten (GÜ 109). Der Übende vermag die Dramatik des Prozesses nicht aus sich selbst zu erfassen. Er braucht Zeugen, Helfer und Gesprächspartner, die er immer wieder im „dreifachen Gespräch“ finden kann (GÜ 147).

Das Vorbereitungsgebet am Beginn

Und damit dieser Dialog am Ende der Meditation gelingt, ist die Einstimmung im gleich bleibenden „Vorbereitungsgebet“ (GÜ 49) wichtig: „von Gott Unserem Herrn die Gnade erbitten dazu hin, dass alle meine Absichten, Handlungen und Beschäftigungen rein im Dienst und in der Verherrlichung Seiner Göttlichen Majestät geordnet seien.“ (GÜ 46). Uneigennützig und offen sein für alles, was sich in den geistlichen Übungen ereignen wird, und zugleich „Erbitten von Gott Unserm Herrn, was ich begehre und ersehne“ (GÜ 48). „Immer wieder“, „gleich bleibend“, „Wiederholung“: Ignatius setzt beim Üben auf Ausdauer, auf Wiederholungen, um näher an die Sache heranzukommen, um Stimmungen

genauer zu erfassen, um sicherer zu werden in der Wahrnehmung des Willens Gottes. Es geht um eine produktive Dynamik in den Exerzitien.

Die Dramaturgie der Exerzitien lädt ein, scheinbar ausweglose Konflikte auszutragen, die innerhalb des eigenen Ich, zwischen Ich und Welt, zwischen Ich und Gott, zwischen zwei Mächten liegen können. Wünsche und Anliegen darf ich gegenüber Gott haben und ihm auch ausdrücklich benennen.

Ein geistlicher Prozess mit allen Sinnen

Geistliche Übungen sind kein intellektuelles Glasperlenspiel. Alle fünf Sinne braucht der Übende für die Exerzitien (GÜ 121–125). Ignatius lädt beispielsweise ein, sich dem Geheimnis der Dreifaltigkeit mit allen fünf Sinnen zu nähern:

„Schauen die Personen mit den inneren Augen, in Besinnung und Betrachtung (meditando y contemplando) ihrer besonderen Umstände, und aus der Sicht einigen Nutzen ziehen. Hören mit dem Gehör, was sie reden oder reden können, und sich zurückbesinnend in sich selbst daraus einigen Nutzen ziehen. Riechen und schmecken mit dem Geruch und dem Geschmack den unendlichen Duft und die unendliche Süßigkeit der Gottheit, der Seele und ihrer Tugenden und des Ganzen, entsprechend der Person, die man betrachtet hat, sich zurückbesinnend auf sich selbst und daraus Nutzen ziehend. Tasten mit dem Getast, wie etwa umfassen und küssen die Orte, welche die Personen betreten oder wo sie sich niederlassen, immer besorgend, daraus Nutzen zu ziehen.“

Die Dramaturgie der Sinne bei Ignatius

Die Dramaturgie der Sinne bei Ignatius erreicht in der „Höllenbetrachtung“ (GÜ 65–71) der ersten Woche einen Höhepunkt. „Das Verborgene soll offenbar und der Mensch mit dem Bösen konfrontiert werden, indem er alles, was ihn in seiner Existenz bedroht ...“ (Ch. Kentrup SJ) wahrnimmt. Die Anwendung der Sinne scheint bedrohlich greifbar. Die Prüfung des eigenen Lebens steht im Mittelpunkt der ersten Woche, „indem er Rechenschaft von seiner Seele fordert über die besondere Sache, die er sich vornahm und von der er sich zu befreien und zu bessern wünscht“ (GÜ 25).

Eine Auszeit mit allen Sinnen

Die „Auszeit 2003“ bietet eine Übung der Sinne an, die ich inzwischen gerne Menschen bei der Begleitung weitergebe. Es geht um das bewusste Wahr-Nehmen meiner Person, um einen meditativen Spaziergang mit allen Sinnen.

„Sehen: Was sehe ich? Was fällt mir besonders ins Auge? Was ist das Kleinste, das Größte, das ich sehe? Welche Farben und Formen sehe ich? Wobei möchte ich verweilen?“

Hören: Was kann ich jetzt hören? Was ist das Lauteste, das ich hören kann? Das Leiseste? Kann ich einmal ‚ganz Ohr‘ sein?

Riechen: Ich kann eine Weile die Augen schließen und nun mit der Nase, dem Geruchssinn Gerüche, Düfte entdecken und wahrnehmen. Ich kann auch an verschiedenen Dingen riechen und sie so auf mich wirken, einströmen lassen.

Schmecken: Ich kann, wenn ich will, Verschiedenes mit dem Geschmackssinn wahrnehmen und ausprobieren.

Tasten: Was kann ich ertasten?

Wie spürt, fühlt es sich an (weich, hart, kantig, kalt, warm)? Wie ist es, wenn ich Lebewesen (Pflanzen, Tiere, Menschen) berühre?“ Versuchen Sie einfach mit allen Sinnen präsent und da zu sein, auch jetzt beim Lesen. Bedingungslos. Absichtslos. So wie es für Sie möglich ist. Geistliche Übungen nehmen den Menschen mit Leib und Seele in Anspruch, sprechen den ganzen Menschen an.

Ein geistlicher Prozess:

Entscheiden und Wählen

Geistliche Übungen sind immer Zeiten von Entscheidungen und so legt Ignatius dem Übenden vor: Regeln zur Wahl (GÜ 169–188), darin die drei Zeiten der Wahl (GÜ 175–178), die Unterscheidung der Geister (GÜ 313–327) und Regeln zu dem Zweck, die Geister noch genauer zu unterscheiden (GÜ 328–336). In der Einleitung zur Wahl weist Ignatius erneut auf die Indifferenz, die Gleichmütigkeit, als Vorbedingung für eine gute Wahl. Die Rückbesinnung auf die Schöpfungsordnung soll helfen, Mittel und Ziel auseinander zu halten. Zur Wahl steht also nicht die Ausrichtung des Menschen auf Gott hin. Zur Wahl stehen „lediglich“ die Dinge, die dieser Ausrichtung dienen. Es geht darum, dem Wählenden noch einmal die Klarheit seiner Motivation vor Augen zu führen und auf mögliche Selbsttäuschungen hinzuweisen (vgl. B. Repschinski SJ).

Drei Zeiten für eine gesunde und gute Wahl

Die erste Zeit ist, wenn Gott Unser Herr den Willen des Übenden so bewegt und an sich zieht, dass dieser, ohne zu zweifeln oder auch nur zweifeln zu können, dem folgt, was gezeigt wird. Die zweite Zeit ist jene der Klar-

heit und Einsicht, die geprägt ist von der Erfahrung in Tröstung und Trostlosigkeit und aus der Erfahrung der Unterscheidung der verschiedenen Geister (Stimmungen). Dies ist eine Zeit innerer Gegensätze. Es geht also um die emotionale Einstimmung auf die verschiedenen Alternativen. Diese Emotionen werden mit Hilfe der Unterscheidung der Geister bewertet und führen zu einer verantworteten Wahl. Voraussetzungen sind u.a. Offenheit für die Alternativen (Indifferenz), die Freiheit von Wunsch und Angst und die Entschlossenheit, das im Gebet Erkannte auch zu tun. Die dritte Zeit ist ruhig, weil die Seele nicht von verschiedenen Geistern hin und her bewegt wird und von ihren natürlichen Fähigkeiten in Freiheit und Ruhe Gebrauch macht (vgl. GÜ 175–177). „Zeit“ bedeutet dabei nicht ein chronologisches Datum, sondern vor allem die verschiedenen inneren Bewegungen, unter denen eine Wahl getroffen werden kann. „Man kann also von einer Zeit der Berufung, von einer Zeit der Emotionen und von einer Zeit der Vernunft sprechen.“ (B. Repschinski SJ) Die „Regeln zur Unterscheidung der Geister“ sollen den Prozess begleiten.

Alternativen in den Blick nehmen

Zunächst nur eine Alternative in den Blick nehmen und die Argumente für diese zusammentragen und gewichten; Maßstab ist die Ehre und das Lob Gottes. Dann Gegenargumente ebenso in den Blick nehmen. Diese Gegenargumente nach ihrer Bedeutung beurteilen und gewichten. Die Entscheidung treffen „nach den stärkeren vernunfthaften Regungen“, nicht emotional aus dem Bauch heraus. In einem letzten Schritt diese Entscheidung im Gebet bestätigen lassen.

„Der Wille zur je größeren Wahrheit Gottes impliziert somit als Grundvoraussetzung zur Unterscheidung des Willens Gottes die Grundhaltung der aktiven Indifferenz – wie wir sie in der Tradition des Ignatius nennen – als kritische Distanz zu den eigenen wie den gesellschaftlich herrschenden Interessen und Wahrheitsvorstellungen.“ (H. Büchele SJ)

Exerzitien als entscheidende Hilfe, den Liebeswillen Gottes im eigenen Leben zu suchen. Da genügt in unseren komplexen Lebenssituationen nicht ein einfacher Blick in die Bibel, um gleich zu wissen, was man tun, welchen Beruf man wählen, welchen Partner man heiraten soll, was morgen mein Lebensziel ist. „Entscheidungen sind zumeist Früchte eines Prozesses von Fragen, Suchen, Hören, Beten, Abwägen und der ‚Unterscheidung der Geister‘, d.h. dem Verspüren, ob innere Antriebe in die Richtung von Glauben – Hoffen – Lieben oder in die Gegenrichtung von Misstrauen – Verzweiflung – Egoismus führen.“ (W. Lambert SJ)

Die Dritte Woche – Das Leiden Jesu

Der Weg Jesu von Betanien nach Jerusalem wird dem Übenden vor das geistliche Auge gestellt: die Vorankündigung der Auferstehung, das Abendmahl, die Leidensgeschichte bis zum Tod am Kreuz. Weg und Raum verbinden die bisherigen Szenen aus dem Leben Jesu. Im Neuen Testament ist der Weg Jesu von Betanien nach Jerusalem (Joh 12, 1–11; Mt 26, 6–13; Mk 14, 3–9) als ein Weg vom Tod zur Auferstehung gedeutet.

Die Geschichte des Leidens und Sterbens Jesu betrachten als meine Geschichte der Erlösung heißt:

Die eigene Lebensgeschichte der ersten Woche und die Lebensgeschichte Jesu der zweiten Woche fließen in die Leidensgeschichte Jesu ein und werden so zu meiner möglichen Heilsgeschichte. Heil und Heilung erfahre ich durch das Kreuz.

Ignatius versteht sich als Pilger, der dem kreuztragenden Jesus dient. Im Kreuz ist Heil, im Kreuz ist Erlösung, auch dort, wo es sich mir als Mensch nicht direkt erschließt. In der Vision von La Storta, vor den Toren Roms, im Jahre 1537 sah er den „kreuztragenden Christus“, der zu dem Pilger sagt: „Ich will, dass du uns dienst.“

Ein geistlicher Prozess:

Die Vierte Woche – Vom Tod zum Leben

Die Auferstehung Jesu und die zweifelnden Jünger sind Themen dieser letzten Woche, deren Höhepunkt die „Betrachtung zur Erlangung der Liebe“ (GÜ 230) ist. Der Tod hat nicht das letzte Wort. Das Motiv der Freundschaft steht im Mittelpunkt.

„Um die Höhe und Tiefe der Freundschaft auszuloten, spannt er einen Bogen von der Ersten zur Vierten Woche: In der Sündenbetrachtung der Ersten Woche legt Ignatius das Gespräch mit dem Gekreuzigten vor: ‚Das

Gespräch wird gehalten, indem man eigentlich spricht so wie ein Freund zu einem anderen spricht ...‘ (GÜ 54). Und in der Auferstehungsbetrachtung der Vierten Woche wird der Beter eingeladen: ‚Betrachten das Trösteramt, das Christus Unser Herr ausübt, und damit verglichen die Art, wie ein Freund seinen Freund zu trösten pflegt.‘ (GÜ 224)“ (Ch. Kentrup SJ)

Deshalb steht im Zentrum dieser Freundschaftsbeziehung zwischen dem Übenden und Jesus die „Betrachtung zur Erlangung der Liebe“ (GÜ 230). Zwei grundlegende Bemerkungen macht Ignatius zur Liebe:

„Das erste ist, dass die Liebe mehr in die Werke gelegt werden muss als in die Worte.“ (GÜ 230) und das zweite: „Die Liebe besteht in der Mitteilung von beiden Teilen her; das will heißen, dass der Liebende dem Geliebten gibt und mitteilt, was er hat, oder von dem, was er hat oder kann, und als Gegenstück dazu der Geliebte dem Liebenden, derart, dass wenn der eine Wissen oder Ehren oder Reichtümer besitzt, er es dem gibt, der es nicht hat, und so teilt immer einer dem andern mit.“ (GÜ 231)

So soll der Übende am Ende dieses geistlichen Prozesses bereit und fähig sein, das „Gebet der

Hingabe“ (GÜ 234) aus ehrlichem Herzen zu sprechen:

„Nimm Dir, Herr, und übernimm meine ganze Freiheit, mein Gedächtnis, meinen Verstand und meinen ganzen Willen, mein ganzes Haben und Besitzen. Du hast es mir gegeben, zu Dir, Herr, wende ich es zurück; das Gesamte ist Dein; verführe nach Deinem ganzen Willen, gib mir Deine Liebe und Gnade, das ist mir genug.“

Dieses Gebet hat auch Eingang in den Gebetsschatz des katholischen „Gotteslob“ (Nr. 5, 6) gefunden. Lege ich es einem Menschen vor, so bezeichne ich es gerne als „Gebet der Sehnsucht“, weil für mich darin die Sehnsucht zum Ausdruck kommt, in meinem Leben einmal so weit zu kommen, ohne Wenn und Aber mit Ignatius dieses Gebet sprechen zu können.

Das große Heilsdrama, der Prozess der geistlichen Selbstfindung, findet sein Ende nicht in einer siegreichen Entscheidungsschlacht, sondern in einer neuen Beziehung unter Freunden, indem der eine dem anderen gibt, wessen er bedarf. Ein erstaunlich ruhiges Bild soll sich der Betrachtende zum Schluss einprägen. Es bestätigt die Verheißung zu Beginn des großen Kampfes: „Erwägen, wie Christus Unser Herr

1/4-Seite quer
Anzeige ifobs
Kontrakt verhandeln
als PDF-Datei separat abgelegt.
Bitte hier einfügen und Rahmenstärke
entfernen

Sich im großen Heerlager in der Gegend von Jerusalem niederlässt, an einem unscheinbaren Ort, schön und anmutig“ (GÜ 144).

Ein geistlicher Prozess: ein Ausblick

Wie kann ich die Erfahrungen meines Alltags mit meinem Glauben zusammenbringen? Das ist das große Thema geistlicher Prozesse, gleich, ob ich als Jude, Christ oder Muslim lebe oder ob ich eine andere geistliche Heimat habe. „Verborgene Ökumene – Miteinander auf dem Exerzitienweg“ so betitelte W. Lambert SJ seinen Beitrag auf dem Ökumenischen Kirchentag 2003. Denn geistliche Prozesse sind nicht mehr alleine in einer Konfession zu Hause.

Die geistlichen Übungen des Ignatius sind eine Einladung an suchende Menschen, hinter die Fassade zu schauen und eigene Gefühle zu respektieren, eigene Wünsche und Bedürfnisse zu entdecken, offene Wünsche und Gefühle auszudrücken, Schuld und Versöhnung an zu nehmen, eigene Maßstäbe zu ergründen, zu entwickeln und sich daran halten. Dazu muss ich die Unfähigkeit ablegen, mich schwach zu zeigen, die oft einhergeht mit scheinbarer äußerer Stärke und dem inneren Hunger nach Anerkennung. Am Ende des Prozesses kann eine neue, nicht nur geistliche Ausrichtung des Lebens stehen.

Ein geistlicher Prozess spricht alle Intelligenzebenen des Menschen an: die kognitive, den IQ, die emotionale, den EQ, und die spirituelle Intelligenz, den SQ. Die spirituelle Intelligenz ermöglicht es, Entscheidungen und Handlungen wertorientiert vorzunehmen. Als Gabe hat sie jeder Mensch, viele auch als Sehnsucht, einige wagen sich auf einen geistlichen Weg.

Geistliche Prozesse finden sich unthematatisch auch im Coaching, der Lebensberatung, der Supervision und anderen therapeutischen Ansätzen, etwa Themenzentrierter Interaktion (TZI), Transaktionsanalyse (TA) und Systemischen Stellungen, überall dort, wo der konkrete Mensch Maß und Mitte ist. Die Sprachspiele unterscheiden sich dann.

Geistliche Übungen umfassen alle Aspekte des Lebens. Es geht um den Wachstums- und Veränderungsprozess des Menschen. Dabei können sich Widerstände und Umwege zeigen. Neben Dürrezeiten und Schmerzhaftem werden auch Überraschendes Vorwärtskommen und Hingezogen-Sein erfahrbar. Dieser Prozess führt zuerst dorthin, wo Umkehr und Versöhnung befreiend als Geschenk erlebt werden kann und dann zur Vertiefung der Beziehung zu Jesus Christus.

Ohne Üben ist kein geistlicher Prozess möglich

W. Lambert SJ erzählt dazu eine kleine Weg-Geschichte: „Ich ging mit meinen Eltern zusammen spazieren. Da hörten wir plötzlich einen Lärm und sahen einen kleinen Buben, der mit seinem Dreirad umgekippt war. Wir gingen alle drei in Startstellung, um beim ersten Schreien hinzueilen und zu schauen, was dem Kerlchen passiert sei. Nichts dergleichen. Kein Weinen. Er schaute nur auf zu uns und rief uns über zwanzig Meter zu: ‚Das war jetzt ein Verkehrsunfall!‘ Dann schwang er sich auf sein Dreirad, strampelte davon, drehte sich im Fahren halb um und schrie uns nach: ‚Ich muss noch viel üben!‘“

Mein geistlicher Prozess, der am Starnberger See in Bernried begonnen hatte, endet im Garten des Berchmanskolleg in der Maxvorstadt von München: von der

Einkehr zurück in die Betriebsamkeit des Alltags. Es ist der 31. Juli 2004, das Hochfest des Heiligen Ignatius von Loyola. „Gott lässt sich suchen und finden in allen Dingen.“

Literatur

- Ignatius von Loyola (2000): Geistliche Übungen, nach dem spanischen Autograph übersetzt von Peter Knauer SJ. Würzburg: Echter, 2. Aufl.
- Ignatius von Loyola (2002): Bericht des Pilgers, übers. und kommentiert von Peter Knauer SJ. Würzburg: Echter 2. Aufl.
- „Auszeit 2003“: Impulse zum Anhalten und Aufatmen. Ein Projekt der Erzdiözese Freiburg in der Fastenzeit 2003. www.auszeit2003.de
- Büchele SJ, Herwig (2002): Zur Suche nach dem Willen Gottes in Gemeinschaft, <http://theol.uibk.ac.at/it/181.html>
- Kentrup SJ, Christoph (2003): Ignatius als Dramaturg. In: Lanfermann, Agnes/ Pompey, Heinrich (Hrsg.): Auf der Suche nach dem Leben begegnet dir Gott. Festschrift für Karl Frielingsdorf. Mainz: Grünewald, S. 242–251.
- Lambert SJ, Willi (1999): Eine Die Kunst der Kommunikation: Entdeckungen mit Ignatius von Loyola, Freiburg: Herder.
- Repschinski SJ, Boris (2004): Ignatianische Spiritualität. Die Wahl und die Unterscheidung der Geister in den Exerzitien des Ignatius von Loyola. <http://theol.uibk.ac.at/it/456.html>