

nicht gerecht. In beiden soll sich der Menschen der transzendenten Wirklichkeit öffnen, über die er nicht verfügt. In beiden geschieht das Entscheidende bei der Erlösung und Befreiung des Menschen durch die Gnade und die Kraft der transzendenten Wirklichkeit selbst.

## 2.5 Die Exerzitien des Ignatius von Loyola

Im spirituellen Teil sollen an dieser Stelle die geistlichen Übungen des Ignatius von Loyola vorgestellt werden. Solche Übungen waren schon längere Zeit vor ihm bekannt. Sie waren immer von methodischem Bemühen getragen und folgten einer gewissen Logik. „Zu nennen ist vor allem Bonaventura“ (1221–1274), der zum ersten Mal „eine Reihe von systematischen geistlichen Übungen“ vorlegte.<sup>711</sup> In seinem Gefolge sind sodann zu erwähnen: der Franziskaner Johannes de Caulibus (14. Jh.), dessen lateinische *Meditationes vitae Christi*<sup>712</sup> ein weitverbreitetes Volksbuch wurden, sowie Raimundus Lullus (1232–1316), aber auch die *Wolke des Nichtwissens*<sup>713</sup> und Heinrich Seuse (1295–1366) mit seinem *Büchlein der ewigen Weisheit*. „Für das 14. Jh. sind noch zu nennen: Ludolf von Sachsen, Heinrich Eger von Kalkar und Ruusbroec. Im 15. Jahrhundert vor allem Gerson, der die geistlichen Übungen auch für Laien zugänglich macht[e].“<sup>714</sup> Besondere Bedeutung kommt in dem Zusammenhang der *devotio moderna* zu, insofern in ihr der Begriff seinen genauen Sinn erhält, nämlich als „eine Abfolge von geregelten Gebeten, von vorher festgesetzten Meditationspunkten, freilich unter Wahrung der Freiheit, den spontanen Impulsen des Geistes zu folgen, wenn sie sich einstellen“<sup>715</sup>. Die ganze Tradition gipfelt schließlich im *Exerzitienbuch* des Ignatius von Loyola (1491–1556), der nach seiner inneren Bekehrung 1521 nach Montserrat kam und dort die *Exerzitien des geistlichen Lebens* von García Jiménez de Cisneros kennenlernte. Aus ihnen übernahm er den Aufbau und wesentliche Übungen für seine Exerzitien, in die zuerst allgemein (Kap. 2.5.1) und anschließend in einzelnen Teilen (Kap. 2.5.2) eingeführt wird.

### Literatur

Anton Rotzetter: *Lexikon christlicher Spiritualität*, 2008.

García Jiménez de Cisneros: *Exerzitien des geistlichen Lebens* (Deutsche Erstübersetzung aus dem spanischen Original), 2021.

711 Rotzetter 153.

712 Leben-Jesu-Betrachtungen.

713 Werk eines unbekannten Autors aus dem 14. Jh.

714 Rotzetter 153.

715 Ebd.

## 2.5.1 Geistliche Übungen

Das *Exerzitienbuch* enthält vielerlei Anweisungen zu *geistlichen Übungen*, unter denen Ignatius jede Weise verstand, „das Gewissen zu erforschen, sich zu besinnen, zu betrachten, mündlich und geistig zu beten“<sup>716</sup>. Auch andere geistliche Betätigungen fallen darunter. „Denn sowie das Umhergehen, Wandern und Laufen leibliche Übungen sind, genauso nennt man ‚geistliche Übungen‘ jede Weise, die Seele darauf vorzubereiten und einzustellen, um alle ungeordneten Anhänglichkeiten von sich zu entfernen und nach ihrer Entfernung den göttlichen Willen in der Einstellung des eigenen Lebens zum Heil der Seele zu suchen und zu finden.“<sup>717</sup> Ignatius vergleicht also geistliche Übungen mit leiblichen und bestimmt ihr Ziel dahingehend, dass sich der Exerzitant von allem befreit oder befreien lässt, was ihn von Gott trennt und von der Erfüllung seines Willens abhält.

Nicht nur Exerzitien, sondern alles religiöse und spirituelle Leben hat mit *regelmäßiger Praxis* zu tun. Zum religiösen Leben von *Juden* und *Christen* gehört es, regelmäßig am Sabbat beziehungsweise am Sonntag am gemeinsamen öffentlichen Gottesdienst in der Synagoge oder in der Kirche teilzunehmen. *Muslimen* gehen am Freitagmittag in die Moschee, um das Gemeinschaftsgebet zu verrichten, sind aber darüber hinaus als Einzelne verpflichtet, fünfmal am Tag zu den vorgeschriebenen Zeiten zu Allah zu beten. Der regelmäßige wöchentliche Gottesdienst und das regelmäßige tägliche Gebet geben den Gläubigen in ihrem Leben einen Rahmen und helfen ihnen, die persönliche Gottesbeziehung zu vertiefen.

Auch im *Hinduismus* gibt es die Tradition regelmäßiger Gottesverehrung. Die wichtigste der fünf täglichen Pflichten, die die Dharmalehrbücher Hindus auferlegen, ist die *Puja*, der rituelle Gottesdienst. Er findet für gewöhnlich zuhause vor einem Bild oder einem Symbol statt, das Gott darstellt oder vergegenwärtigt. Bei der Verehrung wird die Gottheit in das Bildnis herbeigerufen und mit mindestens sechzehn kleinen Diensten oder Ritualen als Gast begrüßt, erfrischt, gebadet, gekleidet, gesalbt und geschmückt, mit Blüten und Räucherwerk erfreut und schließlich gespeist und beschenkt. Die Gläubigen bringen dadurch ihre Bhakti, ihr Liebe zu Gott, zum Ausdruck und vertiefen sie durch die regelmäßige Ausübung des Ritus. Nicht eigens ausgeführt zu werden braucht in diesem Zusammenhang, dass auch *jeder fernöstliche Meditationsweg* auf der regelmäßigen Praxis beruht.

Wie in vielen Bereichen gilt auch und besonders im *religiösen* und *spirituellen* Leben: Wer weiterkommen will, muss sich *regelmäßig* Zeit für das Beten oder Meditieren nehmen, wer es „zu etwas bringen“ will, muss „dranbleiben“. Das häufige oder ständige „Üben“ ist das, was der Mensch von seiner Seite aus tun kann. Was in den einzelnen Übungszeiten in ihm konkret geschieht und was das Üben insgesamt bei ihm bewirkt, liegt nicht in seiner Hand. Auch ist unerheblich, wie weit er auf dem Weg kommt, solange er sich nur immer wieder auf den Weg macht beziehungsweise versucht, auf dem Weg zu bleiben. In Klöstern ist die Regelmäßigkeit durch das tägliche Chorgebet gewährleistet. Demgegenüber stellen Exerzitien Ausnahmezeiten dar, die intensivem geistlichen Üben gewidmet sind.

716 EB Nr. 1.

717 Ebd.

Für Ignatius waren die Exerzitien das Allerbeste, was er in seinem Leben denken, verspüren und verstehen konnte, sowohl um sich selbst zu nützen als auch um für andere Frucht zu bringen und vielen von ihnen zu helfen.<sup>718</sup> Aus ihrer Spiritualität lebt der Jesuitenorden, den er gegründet hat. Inzwischen werden sie aber weit über den Orden hinaus von vielen Christen praktiziert. Es geht in ihnen um ein bestimmtes Verständnis von Christsein, nämlich „zusammen mit Jesus vor Gott zu stehen, Anteilhaben an seinem Verhältnis zu Gott (vgl. 1 Kor 1,9)“<sup>719</sup>. Durch sie soll der Exerzitant seinen Glauben an Jesus Christus auf eine Weise vertiefen, die alle Schichten seiner Person durchdringt. Mit ihrer Hilfe sollte er das Leben und die Person Jesu Christi immer tiefer zu verstehen suchen, wie das Dietrich Bonhoeffer allen Christen ins Stammbuch schreibt: „Wir müssen uns immer wieder sehr lange und sehr ruhig in das Leben, Sprechen, Handeln, Leiden und Sterben Jesu versenken, um zu erkennen, was Gott verheißt und was er erfüllt.“<sup>720</sup>

Es geht in den „Geistlichen Übungen“ darum, verweilend und wiederholend etwas zu „üben“, was man danach im Alltag „besser und vollständiger“ anwenden kann.<sup>721</sup> Je mehr jemand mit Gottes Wort beziehungsweise mit der Person Jesu Christi vertraut ist, um so einfacher wird sein Gebet werden und in schlichte „liebende Aufmerksamkeit“ münden. Die typische Form ignatianischer „Geistlicher Übungen“ sind Einzelexerzitien oder solche in sehr kleinen Gruppen, sodass der Exerzitienbegleiter auf die einzelnen Teilnehmer eingehen kann. „Man zieht sich nach Möglichkeit aus dem normalen Alltag zurück und verbringt die Tage der ‚Geistlichen Übungen‘ in Stillschweigen außer in den Kontakten mit dem Begleiter oder der Begleiterin.“<sup>722</sup> Ignatius hat daneben die Möglichkeit von *Exerzitien im Alltag* vorgesehen, „bei denen man in den normalen Lebensbedingungen verbleibt und die ‚Geistlichen Übungen‘ über einen längeren Zeitraum hin durchführt, indem man ihnen am Tag etwa eine bis anderthalb Stunden widmet (n. 19) und im Übrigen seinen alltäglichen Aufgaben nachkommt“<sup>723</sup>.

Große, dreißigtägige Exerzitien werden, wenn überhaupt, nur einige wenige Male im Leben gemacht. Eingebürgert haben sich in der jesuitisch-ignatianischen Spiritualität jährliche achttägige Exerzitien, die sich an den vier Wochen der Großen Exerzitien orientieren können, aber auch andere thematische Schwerpunkte enthalten können. Viele üben darüber hinaus täglich, indem sie zu einer für sie geeigneten Zeit Texte aus der heiligen Schrift betrachten oder in anderer Form meditieren. Dabei gilt es, das geistliche Üben immer mehr in den Alltag zu integrieren und umgekehrt den Alltag und das Leben immer mehr in die Übungen miteinzubeziehen, so dass sie einander mehr und mehr durchdringen, bis der Übende ein in der Tätigkeit Beschaulicher (*contemplativus in actione*) oder ein in der Beschauung Tätiger (*activus in contemplatione*) geworden ist.

718 Vgl. EB Einl. 11.

719 EB Einl. 12.

720 Zit. nach EB Einl. 13f.

721 EB Nr. 162,3.

722 EB Einl. 19.

723 Ebd.

## Literatur

Ignatius von Loyola: *Geistliche Übungen* [= EB]. Nach dem spanischen Autograph übersetzt von Peter Knauer SJ, 1998.

## 2.5.2 Exerzitienteile

### 2.5.2.1 Der Einstieg

In ihrer Vollform sind die „Geistlichen Übungen“ oder Exerzitien des Ignatius „eine vierwöchige Zeit des intensiven meditierenden Vertrautwerdens mit dem Wort Gottes; gleichzeitig sollen sie der Suche nach einer entsprechenden Lebensentscheidung dienen“<sup>724</sup>. Ausgangspunkt bildet das *Prinzip und Fundament*<sup>725</sup>, „ein kurzer prägnanter Text, der vor Augen führt, dass der Mensch in seiner ganzen Wirklichkeit als von Gott geschaffen, von vornherein in seinem ganzen Sein mit Gott zu tun hat“ und „dass die Anerkennung des Geschaffenseins davon befreit, sich an irgendetwas in der Welt um jeden Preis anzuklammern“.<sup>726</sup>

Gemäß diesem Fundament sind wir Menschen dazu geschaffen, Gott zu loben, zu danken und zu ehren und ihm in diesem Leben zu dienen. „Wir sind“, wie es im Epheserbrief heißt, „zum Lob seiner Herrlichkeit bestimmt.“<sup>727</sup> Dementsprechend sollen wir die Dinge dieser Welt so weit gebrauchen, als sie uns auf unser Ziel hin helfen, und soweit lassen, als sie uns daran hindern. Im Sinne der Indifferenz – der Gleichmütigkeit – sollen wir „Gesundheit nicht mehr als Krankheit begehren, Reichtum nicht mehr als Armut, Ehre nicht mehr als Ehrlosigkeit, langes Leben nicht mehr als kurzes“, und so fort.<sup>728</sup>

Bereits dieser Ausgangstext lässt sich *christozentrisch* deuten. Jesus Christus hat auf vorbildliche Weise Gott, seinen Vater, durch sein Leben gelobt und ihm gedient. Des Öfteren hat er ihn ausdrücklich gepriesen, etwa dafür, dass er das Geheimnis seiner Gegenwart und seines Reiches auf Erden den Weisen und Klugen verborgen, den Unmündigen aber offenbart hat.<sup>729</sup> Er war nicht gekommen, um sich bedienen zu lassen, sondern um seinen Mitmenschen und gerade so Gott zu dienen.<sup>730</sup> Er war aber nicht nur gleichgültig oder gleichmütig gegenüber den Lebensumständen, sondern hat die Armut dem Reichtum, die Schmach der Ehre und die Ohnmacht der Macht vorgezogen. Und er hat ein kurzes Leben in Kauf genommen. Deshalb lädt Ignatius in einigen *Schlüsselbetrachtungen* – etwa beim Ruf des Königs, bei den zwei Bannern und bei den drei Weisen der Demut<sup>731</sup>

724 Ebd. 14.

725 EB Nr. 23.

726 EB Einl. 14.

727 Eph 1,12.

728 EB Nr. 23.

729 Mt 11,25.

730 Mk 10,45.

731 EB Nr. 97–98; / Nr. 147; / Nr. 167.

– den Exerzitanten ein, in der Nachfolge Christi noch über die Indifferenz, die gegenüber den Lebensumständen gleichmütig ist, hinauszugehen und Christus nicht nur mit der ganzen Person zu dienen<sup>732</sup>, sondern wie Christus selber in Armut, Schmähung und Ohnmacht zu leben, sofern das dem Willen Gottes entspricht.

### 2.5.2.2 Die erste Woche

In der *ersten Exerzitienwoche* besinnt sich der Exerzitant auf die Erfahrung der eigenen *Erlösungsbedürftigkeit*. Misst er sich am Doppelgebot der Liebe, wird er feststellen, dass er hinter der geforderten Liebe zurückbleibt.<sup>733</sup> All das, was uns persönlich an der Liebe hindert, macht unsere persönliche Unerlösbarkeit aus: unsere nicht durchschauten Illusionen oder nicht verarbeiteten Enttäuschungen, unsere Widerstände und Ängste, unsere seelischen Blockierungen und inneren Verwundungen, vielleicht unsere Verbitterung und Lebensverweigerung, unsere eigene Schuld, durch die wir nicht nur anderen geschadet, sondern auch uns selbst verbogen haben.

Das Eingeständnis der eigenen Unerlösbarkeit soll jedoch nicht zu Resignation oder gar Verzweiflung führen, sondern zum Vertrauen auf Gott. Denn er ist es, wie es schon im Psalm 103 heißt, „der dir all deine Schuld vergibt und all deine Gebrechen heilt, der dein Leben vor dem Untergang rettet und dich mit Huld und Erbarmen krönt“<sup>734</sup>. Gott will *heute an uns* in diesem Sinn handeln. Hat Jesus in seinem Namen zu seiner Zeit zum Gelähmten gesagt: „Deine Sünden sind dir vergeben!“, oder zur Ehebrecherin: „Auch ich verurteile dich nicht“, so sagt er das hier und heute in Gottes Namen zu mir, will er mir in meinem Leben die Erfahrung der Sündenvergebung schenken.<sup>735</sup> Hat er damals Aussätzige und Gelähmte von ihren Leiden erlöst, Taubstumme und Blinde geheilt und Dämonen ausgetrieben, so will er mich heute von meinen inneren Verletzungen erlösen, von meinen inneren Krankheiten heilen, von meinen Besessenheiten befreien. Denn dass er nicht gekommen ist, um zu richten, sondern um zu retten, galt nicht nur damals, sondern gilt immer und so auch jetzt.<sup>736</sup> Auch und gerade als verletzte, entstellte und sündhafte Menschen sind wir von Gott bedingungslos geliebt.

Bei Ignatius ist die erste Exerzitienwoche ganz ausdrücklich auf Jesus Christus durch das *Gespräch* mit dem Gekreuzigten bezogen.<sup>737</sup> Wie ein Freund mit seinem Freund spricht, so sollen wir zu Christus, der für uns am Kreuz gestorben ist, um uns von Sünde und Tod zu befreien, sprechen und uns fragen: Was habe ich für Christus getan? Was tue ich für Christus? Was soll ich für Christus tun?

### 2.5.2.3 Die zweite Woche

Die zweite bis vierte Exerzitienwoche sind der Meditation des *Lebens Jesu* gewidmet. In der *zweiten* Woche „betrachtet man Menschwerdung und Geburt des Sohnes Gottes, sein

732 EB Nr. 155; vgl. 234.

733 Mk 12,30f.

734 Ps 103,3–4.

735 Mk 2,5; / Joh 8,11.

736 Joh 12,47; 3,17.

737 EB Nr. 54.

verborgenes Leben in Nazaret und sein öffentliches Wirken<sup>738</sup>. Gott selber wird in seiner zweiten Person Mensch, um uns Menschen nahe zu sein, um einer von uns zu sein. Er erniedrigt sich durch seine Menschwerdung und dann als Mensch noch einmal durch seinen Tod am Kreuz, der jedoch seine Erhöhung durch die Auferstehung und Rückkehr zum Vater folgt.<sup>739</sup>

Wir Menschen sind eingeladen, den *Abstieg* und den *Aufstieg* Christi, seine Erniedrigung und seine Erhöhung nachzuvollziehen, indem wir, statt über unsere Mitmenschen zu herrschen, sie zu unterdrücken und auszubeuten, ihnen dienen und uns für ihr Wohl einsetzen. Menschen, die sich auf diese Weise erniedrigen, verspricht Jesus: wer sich selbst erniedrigt, wird erhöht werden.<sup>740</sup> An anderer Stelle lautet das Versprechen: Wenn einer mir dient, wird der Vater ihn ehren.<sup>741</sup> Gott wird ausgleichen und er ist bereits dabei, auszugleichen. Er wird uns alle zu sich ziehen und uns erheben. Denn er hat sich erniedrigt, um uns zu erhöhen.

Als Jesus sein öffentliches Wirken beginnt und als Wanderprediger durch Palästina zieht, lautet seine Botschaft: Das *Reich Gottes* ist nahe, ja, es ist schon mitten unter euch. Kehrt deshalb um, das heißt, denkt um und glaubt und vertraut Gott. Weil Gott uns nahe ist, sollen und dürfen wir umdenken: anders denken, anders wahrnehmen, anders empfinden, anders urteilen und anders handeln, als man es für gewöhnlich tut.

Damit die Botschaft vom nahen Reich Gottes, vom nahen Gott besser ankommen kann, beruft Jesus *Jünger* und *Jüngerinnen*. In diesen Zusammenhang gehört die *Betrachtung vom Ruf des Königs* zu Beginn der zweiten Exerzitienwoche.<sup>742</sup> Wir alle sind durch Christus berufen. Er beruft jeden Einzelnen und jede Einzelne von uns. Er will, dass wir uns an seiner Sache beteiligen, die das unvergleichlich größte Projekt der Menschheit und der Welt ist, nämlich das Reich Gottes auf Erden zu verbreiten, das ein Reich des Friedens und der Gerechtigkeit, der Freiheit und vor allem der Liebe ist. Jeder von uns soll, so gut es ihm möglich ist, an seinem Platz die Nähe und die Liebe Gottes bezeugen. Gott weiß neben unseren Stärken und Talenten und neben unserem guten Willen auch um unsere Fehler und Schwächen. Er beruft uns trotzdem, er will trotzdem, dass wir bei seiner Sache mitmachen. So, wie er uns ganz so annimmt, wie wir sind, beruft er uns ganz so, wie wir sind. Er kann mit jedem und jeder von uns etwas anfangen, ja, er braucht uns für sein Projekt hier auf Erden.

Der Ruf des Königs ist aber mehr als eine Beauftragung. Er ist ein Ruf zur *persönlichen* Gefährtschaft und Freundschaft mit Jesus. Dazu beruft er mich heute, lädt er mich heute ein, ihm nachzufolgen, sendet er mich heute in die Welt. Ich darf mehr über ihn erfahren, seine liebende Sorge spüren und mit ihm verbunden sein im Einsatz für das Reich Gottes auf Erden.

Freilich schlägt seinem Projekt, das Reich Gottes hier auf Erden zu verwirklichen, Widerstand entgegen. In der Welt gibt es Kräfte und Tendenzen, die – statt im Sinne des Reiches Gottes Leben zu fördern – Leben behindern und beeinträchtigen, Leben stören

738 EB Einl. 15.

739 Vgl. Phil 2,5–11.

740 Mt 23,12.

741 Joh 12,26.

742 EB Nr. 91–99.

und zerstören, Leben vernichten. In der Welt tobt ein geistlicher Kampf zwischen konstruktiven und destruktiven, lebensfreundlichen und lebensfeindlichen, zwischen Leben fördernden und Leben zerstörenden Tendenzen.<sup>743</sup> Ich bin aufgefordert, in der Welt, im persönlichen wie im gesellschaftlichen, im privaten wie im öffentlichen Bereich, einen geistlichen Kampf zu kämpfen und mich, wie Ignatius das bei der *Betrachtung der zwei Banner* nahelegt, für die eine oder andere Seite zu entscheiden.<sup>744</sup> Stehe ich auf der Seite der lebensbedrohenden und lebenszersetzenden Mächte oder stehe ich auf der Seite der Kräfte, die sich dafür einsetzen, dass Leben geschützt und gefördert wird, sich entwickeln und entfalten kann, eine Erweiterung und Vertiefung erfahren kann, zur Fülle gelangen kann? Im zweiten Fall befinde ich mich auf der Seite Jesu und kämpfe an seiner Seite. Der Epheserbrief gibt die Waffen an, mit denen wir diesen Kampf für das Leben bestehen können, nämlich indem wir uns einsetzen für Wahrheit und Gerechtigkeit, für Frieden und Glauben, für das Wohl und Heil der Menschen und für das Wort Gottes – heute müsste man noch präzisieren beziehungsweise ergänzen für weltweite soziale Gerechtigkeit, für Klimaschutz und eine intakte Umwelt – und indem wir jederzeit beten.<sup>745</sup> Wenn Jesus uns auffordert, an seiner Seite für wahres Leben zu kämpfen, steht der Ausgang des Ringens, das in seiner tiefsten Dimension ein geistliches Ringen ist, schon absolut fest. Auch wenn in der Welt jetzt noch finstere, todbringende Mächte herrschen: das Leben wird auf ganzer Linie siegen. Denn Christus hat durch sein Leben und Leiden, durch sein Sterben und Auferstehen die Sünde und den Tod schon für immer besiegt.

Beim Einsatz für das Reich Gottes auf Erden und beim Kampf für wahres Leben in dieser Welt lädt uns Jesus ein, die persönliche Beziehung zu ihm immer mehr zu vertiefen. Wie Zachäus oder Petrus ruft er mich ganz persönlich beim Namen: er meint und will mich, wirklich mich.<sup>746</sup> Wie die Jünger bei der Berg- beziehungsweise Feldpredigt belehrt er uns hier und heute über die verborgene, geheimnisvolle Wirklichkeit des Reiches Gottes und führt und weiht uns in diese ein. Wie den reichen Jüngling oder andere Jünger fordert er uns heraus, für das Reich Gottes alles einzusetzen, was uns zur Verfügung steht, alles zu geben.<sup>747</sup>

Bei unserem Bemühen will uns Jesus immer wieder stärken. Bei ihm können wir uns immer wieder ausruhen, ihm unsere Lasten anvertrauen, bei ihm Kraft schöpfen.<sup>748</sup> Er will wie bei der Hochzeit zu Kana die Krüge unseres Lebens, die noch leer oder nur mit Wasser gefüllt sind, mit Wein füllen und so unserem Leben den besten Geschmack verleihen.<sup>749</sup>

#### 2.5.2.4 Die dritte und vierte Woche

In der *dritten* Exerzitenwoche sind wir Christen eingeladen, Jesus auf seinem Weg des *Leidens* und *Sterbens* zu begleiten, in seiner Passion bei ihm zu sein. Da Jesus als Mensch

743 Vgl. Eph 6,12.

744 EB Nr. 136–148.

745 Eph 6,13–18.

746 Lk 19,1–10; / Mt 16,13–18.

747 Mk 10,17–27; / Lk 9,57–62.

748 Mt 11,25–30.

749 Joh 2,1–11.

die Liebe Gottes verkörpert hat und Gott in seiner Liebe das Böse des Menschen nicht mit Bösem vergelten und auf die Gewalt des Menschen nicht mit Gewalt antworten wollte, war das schreckliche Ende Jesu nahezu unvermeidlich. Die Güte Gottes und die Dummheit und Bosheit des Menschen sind aufeinandergeprallt. Es ist zum tödlichen Zusammenstoß gekommen. Die Bosheit des Menschen schien gesiegt zu haben: Jesus wurde vernichtet, zermalmt, beseitigt.

Wie wir uns mit Jesus in seinem Leiden verbinden, so ist er uns in den vielfältigen Leiden unseres Lebens verbunden. Wenn wir an unseren Ölbergen Ängste und vielleicht Todesängste ausstehen, ist er uns ganz nahe. Er trägt mit uns all unser Gefangensein, unser Verkannt- und Verachtetsein, unser Geschlagen- und Verurteiltsein, unser Gekreuzigtwerden durch andere. Er hat all dies für uns erlitten und leidet jetzt unsere Leiden mit uns mit.

Jesus ist am Kreuz gestorben, aber er ist nicht im Tod geblieben. Die Liebe und das Leben Gottes war stärker als die Sünde und der Tod des Menschen. Gott, der Vater, hat Jesus nicht im Tod gelassen, sondern von den Toten auferweckt. Und weil Jesus von den Toten auferstanden ist, werden auch wir von den Toten auferstehen. Mein Tod ist nicht das Ende meines Lebens, sondern meine Verwandlung zu neuem Leben. Ich werde in ein neues, unvorstellbar schönes und glückliches, nie endendes Leben bei Gott eingehen. Auf die Freude und den Jubel von *Ostern* sollen wir uns, soweit es uns möglich ist, in der vierten Exerzitienwoche einstimmen. Auf die Gewissheit der Gegenwart des *aufgestandenen Herrn* und auf die Freude über die *eigene Auferstehung* zielen die Exerzitien in ihrer Gesamtheit ab. Tod und Auferstehung Jesu prägen uns, wie Paulus sagt.<sup>750</sup> Haben wir an der Gestalt seines Leidens und Sterbens teil, so haben wir auch an der Gestalt seiner Auferstehung und seines neuen Lebens teil. Wie Christus schon bei der Erschaffung der Welt der Mittler war, insofern Gott alles, wie es im Kolosserbrief heißt, durch ihn und auf ihn hin erschaffen hat, so wird er auch in unserer Vollendung unser Mittler sein.<sup>751</sup> In ihm als dem Haupt wird alles zusammengefasst sein.<sup>752</sup> Ihm werden wir ähnlich sein und so fähig sein, Gott zu schauen und in voller Gemeinschaft mit ihm zu leben.

### 2.5.2.5 Der Ausklang

Am Ende der Exerzitien steht die *Betrachtung, um Liebe zu erlangen*, die das *Prinzip und Fundament* vom Anfang ergänzt und als neues Fundament für den Alltag dienen kann.<sup>753</sup> Sie ist grundlegend für das Verständnis der ignatianischen Maxime „Gott unseren Herrn in allen Dingen finden“. Nach Ignatius ist bei dieser Betrachtung von vornherein auf zwei Dinge zu achten.:

„Das erste ist: Die Liebe muss mehr in die Werke als in die Worte gelegt werden. Das zweite: Die Liebe besteht in Mitteilung von beiden Seiten, nämlich darin, dass der Liebende dem Geliebten gibt und mitteilt, was er hat, oder von dem, was er hat oder kann; und genauso umgekehrt der Geliebte dem Liebenden. Wenn also der eine Wissen hat,

750 Vgl. Röm 6,3–10; Phil 3,10.

751 Kol 1,16.

752 Eph 1,10.

753 EB Nr. 230–237.

es dem geben, der es nicht hat; wenn Ehren; wenn Reichtümer; und genauso gegenseitig.“<sup>754</sup>

Die Betrachtung lädt mich ein, mir „die empfangenen Wohltaten von Schöpfung, Erlösung und besonderen Gaben ins Gedächtnis [zu] bringen, indem ich mit vielem Verlangen erwäge, wieviel Gott der Herr für mich getan hat und wieviel er mir von dem gegeben hat, was er hat, und wie *weiterhin* derselbe Herr sich mir nach seiner göttlichen Anordnung zu geben wünscht, so sehr er kann“<sup>755</sup>. Das kann mich zum Gebet des *Suscipe* bewegen:

„Nehmt, Herr, und empfangt meine ganze Freiheit, mein Gedächtnis, meinen Verstand und meinen ganzen Willen, all mein Haben und mein Besitzen. Ihr habt es mir gegeben; euch, Herr, gebe ich es zurück. Alles ist euer, verfügt nach eurem ganzen Willen. Gebt mir eure Liebe und Gnade, denn diese genügt mir.“<sup>756</sup>

Der Exerzitant soll sich dessen bewusst werden, dass er alles und was er alles von Gott geschenkt bekommen hat, und aus Dankbarkeit bereit sein, alles, worüber er persönlich verfügt, Gott zurückzugeben, indem er es an seine Mitmenschen weiterschenkt.

Obwohl die ignatianischen Exerzitien ganz auf *Jesus Christus* konzentriert sind, fehlen die beiden anderen göttlichen Personen – der *Vater* und der *Heilige Geist* – keineswegs. Denn es ist der Vater, der den Exerzitanten oder die Exerzitantin durch den Heiligen Geist, der ja der Geist des Vaters und des Sohnes ist, zu Jesus Christus führt. Der Heilige Geist erschließt uns den Sinn und die Bedeutung des Evangeliums. Er ist es, der uns bei den einzelnen Betrachtungen anzieht, erleuchtet, reinigt, tröstet und mit Christus eint. Durch ihn lernen wir die Person Jesu Christi näher kennen.

Auf der anderen Seite führt uns in den Exerzitien Jesus Christus durch den Heiligen Geist zum Vater. Denn er ist das Wort und das Bild des Vaters. Wenn wir ihn in den einzelnen Exerzitienbetrachtungen sehen, hören und verstehen, dann sehen, hören und verstehen wir den Vater, den unsichtbaren Gott.

So sind wir in den Exerzitien in ein *dreifaltiges Geschehen* einbezogen. Indem wir Jesus Christus immer besser kennenlernen, werden wir immer mehr in die innergöttliche Gemeinschaft von Vater, Sohn und Heiligem Geist hineingenommen. Umgekehrt sind sämtliche Gnaden, die wir in den Exerzitien empfangen, Gaben der dreifaltigen Liebe Gottes selbst. Durch sie verstehen wir auch die liebende Einstellung Christi gegenüber Gott, den Mitmenschen und der Welt besser und wird uns jeweils etwas von seiner Liebesbereitschaft und seiner Liebesfähigkeit mitgeteilt, so dass wir tatsächlich – wenn vielleicht auch auf noch so bescheidene Weise – Christus *ähnlicher* werden.

Ignatianische Exerzitien stellen somit das kühne Unterfangen dar, durch intensives Beten und Betrachten Jesus Christus immer persönlicher kennenzulernen und sich dadurch von ihm prägen, ja verwandeln zu lassen, um ihm letztlich ähnlich zu werden.

754 EB Nr. 230–231.

755 EB Nr. 234.

756 Ebd.