

Hans Schaller

Wenn Umkehr Freude schenkt

Einführungen in die ignatianischen Exerzitien

HERDER 

FREIBURG · BASEL · WIEN

© Verlag Herder GmbH, Freiburg im Breisgau 2022
Alle Rechte vorbehalten
www.herder.de

Die Bibelverse wurden, soweit nicht anders angegeben,
folgender Ausgabe entnommen:

*Die Bibel. Die Heilige Schrift
des Alten und Neuen Bundes.
Vollständige deutsche Ausgabe*
© Verlag Herder, Freiburg im Breisgau 2005

AQ
DIE BIBEL

Weiter wurde verwendet:
Einheitsübersetzung der Heiligen Schrift, vollständige
durchgesehene und überarbeitete Ausgabe © 2016 Katholische
Bibelanstalt GmbH, Stuttgart, Alle Rechte vorbehalten (EÜ)

Satz: Daniel Förster, Belgern
Herstellung: GRASPO CZ, A.S.

Printed in the Czech Republic

ISBN Print 978-3-451-39299-3
ISBN E-Book (PDF) 978-3-451-83930-6

*Dieses Buch ist gewidmet dem Co-Autor dieser Gedanken,
meinem Mitbruder und Freund P. Dominik Terstriep SJ.*

INHALT

Umkehr – wenn es konkret wird	11
I. Im Gebet das Leben ordnen	15
1. In Zwängen durcheinander	15
2. Geistlich ordnen	16
3. Neu beten lernen	17
II. Der einsame Ort – Herausforderung und Chance	19
1. Nicht Kulissenwechsel, sondern Stille	20
2. Not der Anfänge	21
3. Segen des Schweigens	23
III. Der Mensch ist geschaffen, um Gott zu loben	27
1. Der Mensch – ein Lobpreis Gottes	28
2. Ich werde geliebt, folglich bin ich	32
3. Dass die Zunge die preisende bleibe	34
IV. Gott bleibt am Werk	37
1. Gottes Liebesmüh	38
2. Liebe, die vollenden will	39
3. Wer glaubt, lässt sich wandeln	42
V. Wir haben einen Vater – werden wir seine Kinder	47
1. Ein Blick in eine Kinderstube	48
2. Geh vor mir her und sei ganz!	50
3. Gott als Kind	52

VI. Auf Jesus zugehen	55
1. Freundschaftlich an ruhigen Orten	56
2. Zweckfreie Zeit für Freundschaft	57
3. Rekreative Gegenwart Jesu	59
VII. Eingeladen zum Mitgehen	61
1. Mit einer Frage beginnt's	62
2. Wie Hoffnung geklärt wird	63
3. Schritte, nicht Sprünge	65
VIII. Jesus begegnen – ein Wagnis	67
1. Auf dem Wasser gehen	68
2. Neue geschenkte Sicherheit	71
3. Quer durch die Angst auf Jesus zu	73
IX. Wachsen unter Jesu Ruf	75
1. Was uns begegnet, spricht	76
2. Der Zufall – ein Deckname Gottes	77
3. Wer liebt, sieht mehr	80
X. Wie Umkehr in Gang kommt	83
1. Als Sünder im sicheren Versteck	84
2. Heute: die Stunde der Bekehrung	86
3. Liebe – göttliche Pädagogik	88
XI. Ich, ein Sünder? – Kaum!	91
1. Aus der Sprache, aus dem Sinn	92
2. Sünde als Stück allgemeiner Misere?	93
3. Die Kunst, es nicht gewesen zu sein	95
XII. Umkehr beginnt im Detail	99
1. Kleine Dämonen am Werk	99
2. Wie sieht die sittliche Mikrowelt aus?	101
3. Der Heilige Geist führt ins Konkrete	103

XIII. Die Unterlassung – ein Nichtstun mit großen Folgen	105
1. Wenn Nachlässigkeit Kontakte zerstört	105
2. Nahe und doch fern gerückt	106
3. Wie Schlamperei sich rächt	108
XIV. Wie Gott vergibt	113
1. Nicht Zuspruch, sondern Vergebung	114
2. Lass das meine Sache sein	117
3. Die Beichte – ein Aufatmen	119
XV. Im Gespräch mit dem Gekreuzigten	121
1. Das Recht auf Klage	122
2. Seht, was die Liebe tut	124
3. Wo sich's kreuzt, da klingt's	126
XVI. Große Wende zum auferstandenen Herrn	131
1. Mit dem eigenen Namen gerufen werden	132
2. Osteraugen, die mehr sehen	134
3. Freude, dem Auferstandenen zu begegnen	136
XVII. In die Kirche – mit zögerlichem Vertrauen!	139
1. Weggehen oder Zusammenbleiben?	139
2. Leere Netze – schlechte Stimmung	142
3. Gläubiges Auswerfen der Netze – gegen die Vernunft ..	144
XVIII. Ja zur konkreten Kirche	147
1. Dazugehören: Wohltat und Herausforderung	147
2. Kirche – eines Lobes würdig?	150
3. Die Kirche – Kreuz und Gnade	152
Abbildungsverzeichnis	157
Anmerkungen	159

UMKEHR – WENN ES KONKRET WIRD

Umkehr ist ein zentrales Thema des Evangeliums. Es zieht sich wie ein roter Faden durch alle Berichte und Ereignisse, die mit Jesus zu tun haben. Es beginnt schon im Vorfeld, bevor Jesus an die Öffentlichkeit tritt. Das erste Wort, das der Evangelist Markus Jesus in den Mund legt, ist eine Aufforderung zur Umkehr: »Die Zeit ist erfüllt und das Reich Gottes ist nahe: Kehrt um und glaubt an das Evangelium!« (Mk 1,15).

Diese Aufforderung zur Umkehr ist auch das zentrale Anliegen der Exerzitien, wie sie Ignatius von Loyola vorlegt. Er setzt dieses Ziel in den Begriff von *Ordinatio vitae*. Dabei ist nicht, wie das Wort nahelegen könnte, an äußeres Aufräumen gedacht, an neue Disziplin in der Lebensführung. Die zentrale Ausrichtung, nach welcher Ordnung geschaffen werden soll, ist die Person Jesu Christi. Der Glaube, die Hoffnung und die Liebe zu seinem Evangelium werden Richtschnur und Maßstab der Ordnung.

Das vorliegende Buch fasst persönliche Erfahrungen zusammen, die sich aus langjähriger Begleitung von Exerzitien ergeben haben. Immer war das Exerzitienbuch von Ignatius leitende Idee, wurde angewandt und interpretiert. Natürlich waren dabei auch heutige Erfordernisse und Umstände mit einzubeziehen.

Eine erste Frucht meiner Exerzitienbegleitung besteht darin, dass sich das Modell von Vortragsexerzitien immer deutlicher als nützlich herausgestellt hat. Diese Form mag auf den ersten Blick

einer Vorgabe des Exerzitienbuches widersprechen. Ignatius macht ausdrücklich darauf aufmerksam, den Stoff der Meditation sachlich, wahrheitsgetreu und kurz zusammenzufassen. Für den Exerzitanten soll der Inhalt nicht breit vorgelegt oder gar vorgekaut werden. Er muss selber entdecken, was für ihn richtig ist, muss selber auf den Geschmack kommen.

Nun sollen Vorträge, von denen einige hier vorgestellt werden, diesem Anliegen nicht widersprechen. Sie versuchen der Tatsache Rechnung zu tragen, dass heute im Allgemeinen bei den Teilnehmern nur ein Minimum von Glaubenswissen vorausgesetzt werden kann. Damit ist auch verbunden, dass sehr oft inmitten von Gebeten kritische, meist theologische Fragen zu den Texten aufsteigen. Etwa: Warum Gott loben? Wie wirkt Gott in unserem Beten? Wie kann man sein Wirken erkennen? Was ist Sünde? Wie sind Texte exegetisch zu verstehen? Wie in der Kirche zurechtkommen? Solche Fragen, die dem Beter inmitten der Meditationen kommen und mitschwingen, werden in den Vorträgen kurz angesprochen. – So sind Vortragsexerzitien immer auch am Rande ein theologischer Kommentar.

Was zudem geholfen hat, die angezielte Umkehr zu verwirklichen, waren biblische Texte, die inhaltlich präzise das Thema aufnehmen. Dazu haben sich auch entsprechende Bilder gut geeignet. Dies folgt einem Vorschlag von Ignatius selbst. Er rät, sich biblische Szenen, die betrachtet werden sollen, mit allen Sinnen und Fantasien vorzustellen. So kann der Inhalt leichter verinnerlicht werden.

An wen sich das Buch wendet? Es kann Anregung sein für Menschen, die Exerzitien geben, ist aber darüber hinaus als Hilfe für die Teilnehmer von Exerzitien gedacht. Denn oft wünschen sich Teilnehmer, das Gehörte auch schriftlich bekommen zu können, um meditierte Einsichten mit Bildern im Alltag lebendig zu halten. Nicht zuletzt – so meine Hoffnung – soll das Buch allgemein helfen, aus dem Gebet heraus verstehen zu können, was wir

glauben, damit wir denen, die nach dem Grund unserer Hoffnung fragen, Antwort geben können (1 Petr 3,15).

»In Umkehr und Ruhe liegt euer Heil, in Stillsein und Vertrauen besteht euere Stärke« (Jes 30,15).

Das vorliegende Buch ist Resultat von mehreren Jahren. Großer Dank gehört deshalb meiner Sekretärin, Frau Susanna Curtoni, die alle Phasen des Entstehens dieser Zeilen mit Geduld und Nachsicht mitgegangen ist.

I. IM GEBET DAS LEBEN ORDNEN

Von Zeit zu Zeit müssen wir Halt machen und den Lauf der Geschehnisse unterbrechen. Entschleunigung ist angesagt für alle Dimensionen unseres Lebens. Wir brauchen Momente zum Durchatmen, in denen wir die Koffer abstellen können und ausdrücklich Zeit zum Überlegen und zum Beten gewinnen. Wir müssen von Zeit zu Zeit sehen können und uns Rechenschaft darüber geben, wo wir im Leben angekommen sind und wie und wohin es weitergeht. Wir brauchen Zeit, um neu Tritt zu fassen.

1. In Zwängen durcheinander

Dass solches Haltmachen gerade heute in unserer umtriebigen und hektischen Welt angezeigt, ja notwendig ist, braucht keine besondere Erwähnung. Jeder Tag macht es uns bewusst. Überall hört man die gängige Antwort: »Es war zu viel los in letzter Zeit.« Die Signatur von dem »zu viel« und dem Tempo ist uns überdeutlich aufgedrückt. Nur zu gut wissen wir, wie uns das gesellschaftliche Leben ganz allgemein einengt, wie Beruf und Aufgaben uns an die eigenen Grenzen bringen. Sach- und noch stärker Personen-zwänge schnüren uns ein. Gefühle von chronischer Müdigkeit, ja von Überforderung sind allgegenwärtig. Immer ist etwas zu viel.

Unter so viel äußerem und innerem Druck drohen das Leben und seine Ordnung immer wieder durcheinanderzugeraten. Was wir uns in guten Momenten vorgenommen haben, hält auf die Dauer den äußeren Zwängen nicht stand. Vorhaben und Vorsätze, die wir uns im Herzen zurechtgelegt haben, werden uns von weiß Gott welchen Raubvögeln aus der Seele gestohlen. So vergehen sie, zerbröckeln und entschwinden.

Es ist nicht zu umgehen und auch mit besten Kräften nicht ganz zu vermeiden, dass wir, solange wir in dieser Welt engagiert sind, außengeleitet sind und fremdbestimmt werden. Wir stehen und geraten immer in Kraftfelder von unzähligen positiven und negativen Einflüssen, so sehr, dass es äußerst schwerfällt, das wirklich zu leben, was wir möchten. Dieser Außendruck kann so stark sein, dass wir den Eindruck gewinnen, wir lebten im Grunde an uns vorbei und reagierten bloß auf soziale Rollenzwänge, würden geleitet von äußeren Reizen und Bildern. Wir lebten nicht aus unserer Mitte.

2. Geistlich ordnen

An diesem Punkt kommt das Anliegen von Exerzitien ins Spiel. Es wird zum Thema und für uns eine Hilfe. Exerzitien sind nichts anderes als ein Versuch, erneut die Mitte des eigenen Lebens zu finden, innere und äußere Ordnung herzustellen. Sie sind eine *Ordinatio vitae*, die durch Glauben und durch intensives Beten gesucht wird. Hilfreich sind sie insbesondere dadurch, dass das ganze Leben, seine Richtung und sein Inhalt, die großen Linien und die kleinen Schritte in die gläubige Betrachtung kommen.

Dies im Großen: Wer Exerzitien macht, wird eingeladen, sich zuerst seinem Inneren zuzuwenden, seinen Gedanken und Gefühlen. Diese sind ja schließlich der Ort, wo Entscheidungen und

konkrete Schritte, große und kleine, ihren Anfang nehmen. Hier entsteht das, was aus dem Leben werden soll, hier werden Vorhaben geboren. Der Blick auf diese inneren Anfänge, auf die Ursprungsorte, ist deshalb wichtig und soll geschärft werden. Klar und deutlich soll hervortreten, was im eigenen Inneren Freude und Frieden bringt, aber auch das, was das eigene Herz verdunkelt und beschwert, wo die Stolpersteine liegen, die sogenannten »ungeordneten Anhänglichkeiten« (Ignatius von Loyola), die das Leben bremsen und schuld daran sind, dass es kein Vorankommen, kein Wachstum in Glaube, Hoffnung und Liebe gibt.

Im Kleinen: Der Exerzitant wird angeleitet, kleinere, mehr äußere Dinge ebenfalls in die betende Betrachtung einzubeziehen. Dies kann heißen, den Tagesplan zu überdenken, die Verteilung der Zeit, den Einsatz der Kräfte zu prüfen und je nach Möglichkeiten zu verbessern. Wichtiges gehört ins Zentrum, Überflüssiges auf die Seite. Was unnötiger Ballast ist, soll losgelassen werden, das Gute, was sich als Besseres herausstellt, bekommt dementsprechend größere Beachtung und mehr Zeit.

3. Neu beten lernen

Zu diesen wichtigen Dingen, die einen zentralen Platz in einem gläubigen Leben haben müssen, gehört nun auch das Gebet. Damit ist – neben der *Ordinatio vitae* – das zweite Anliegen angesprochen, das zu Exerzitien gehört. Diese sind immer auch eine Schule des Gebets. Alle angezielte Ordnung beginnt und vollzieht sich durch das persönliche Beten, in dem zu lernen ist, das eigene Leben nach Jesus auszurichten. Von dort her ist es als Geschenk zu begreifen und zu umfassen, von dort her auch zu bessern und zu korrigieren. In ihm geschieht die fortdauernde Umkehr zu Gott, unserem Schöpfer.

Menschen, die zu Exerzitien kommen, bringen in der Regel schon vielfältige Erfahrungen mit dem Gebet mit. Sie fangen nicht beim Nullpunkt an. Sie können an Bekanntes anknüpfen und es weiterführen. Dies geschieht vorerst dadurch, dass sie in den Tagen der Exerzitien zurückschauen können, sich Rechenschaft geben, wie und wo ihnen das persönliche wie gemeinschaftliche Gebet eine Hilfe war, Herausforderungen des Lebens zu bewältigen, nicht weniger aber auch, wo Beten die Freude am Leben vermehrt hat. Sie werden bei diesem Rückblick gewahr, wo Beten schwierig wurde, wie es in den Zwängen des Alltags sehr oft anderen Verpflichtungen weichen musste, es ausblieb und unterlassen wurde. Es hat noch nicht den Platz, der ihm gehört.

Deshalb bleibt das Gebet auch für Fortgeschrittene immer ein Feld des Lernens, eine Schule und Mühe. Immer gewinnt die Aufforderung, welche die Apostel an Jesus richten, neue Aktualität: »Herr, lehre uns beten!« Und immer wieder erfahren wir, wie wahr es ist, was Paulus im Römerbrief schreibt: »Wir wissen ja nicht, um was wir bitten sollen, wie es sich gehört. Doch der Geist tritt selbst für uns ein« (Röm 8,26), »in dem wir rufen: Abba, Vater« (Röm 8,15).

Wir bleiben im Gebet immer solche, die etwas zu lernen haben, die bemüht sind, sich dem ständig neuen Anfang, den Gott mit uns macht, zu stellen. Das geschieht in Exerzitien.