

# Die kontemplative Phase der ignatianischen Exerzitien und das Jesusgebet

Franz Jalics, Gries (Oberfranken)

*Exerzitien und Mystik, Arbeit und Gebet, Kampf und Kontemplation gehören nach ignatianischer Tradition aufs engste zusammen. Im Laufe der Geschichte gab es jedoch unterschiedliche Akzentsetzungen oder Deutungen, zuweilen heftige Konflikte. Schon Briefe des Ignatius selbst lassen erkennen, wie schwierig das „Gott finden in allen Dingen“ in der Praxis ist, nämlich ein hohes, fast zu hohes Ideal: *contemplativus in actione*. Der vierte Generalobere Everard Mercurian (1573–1580) hielt es daher für nötig, die Eigenart des Jesuitenordens zu sichern. Unter seiner Regierung wurde z.B. die Lektüre etlicher Bücher mystischen Inhalts nicht erlaubt. Auch das „Gebet der Ruhe und des Schweigens“, das P. Balthasar Alvarez lehrte und praktizierte, wurde verurteilt. Zwar gelang es Claudio Aquaviva (1581–1615), offensichtliche Einseitigkeiten seines Vorgängers zu überwinden. Das kontemplative Gebet blieb für die ignatianische Spiritualität trotzdem eine ständige Herausforderung (man vgl. die Schriften von J. P. Caussade, 1675–1751). Noch nach dem Zweiten Weltkrieg, so erzählte Peter-Hans Kolvenbach in einem Interview mit der FAZ vom 30. 9. 97, seien „das geistliche Tagebuch des Ignatius wegen mystischer Tendenzen verboten und seine Autobiographie den angehenden Jesuiten nicht zugängig gemacht worden“.*

*Der folgende aus einer reichen Praxis kommende Beitrag von F. Jalics versucht zu zeigen, daß die Betrachtung, um Liebe zu erlangen (EB 230–237) Prinzip und Fundament für eine neue kontemplative Zeit der Exerzitien ist. Seine Ausführungen rufen einiges von dem in Erinnerung, was oben angedeutet wurde, vielleicht auch manches, was z.B. L. Cognet in seinem Buch „La Spiritualité Moderne“ als „spirituelle Krise der SJ“ bezeichnet hat. Es kommt hinzu, daß wir in einer Zeit leben, in der viele von östlichen Meditationsmethoden fasziniert sind und daher der Wunsch nach „Unterscheidung der Geister“ immer häufiger an uns herangetragen wird. Nicht wenige beklagen heute eine geradezu babylonische Sprachverwirrung, was mit den Begriffen Meditation und Kontemplation eigentlich gemeint sei. Wir dürfen hoffen, daß der hier abgedruckte anregende Artikel auch zur Klärung der dort anstehenden Fragen beiträgt. Weitere Stellungnahmen zu diesem Thema sind geplant.*

Die Redaktion

## 1. Einleitung

### 1.1. Das Anliegen dieses Artikels

Das Exerzitienbuch spiegelt die geistliche Erfahrung des Ignatius wider und die Art und Weise seiner geistlichen Begleitung anderer Menschen. Jeder Exerzitienmeister schöpft aus dieser Quelle und bereichert sie mit seinen eigenen Erfahrungen. So entstehen viele Schattierungen im Geben der Exerzitien und verschiedene Nuancen im Verstehen des Exerzitienbuches. Ich bewundere diese Vielfalt und freue mich über ihren Reichtum. In diesem Artikel möchte ich einen Beitrag zu dieser Fülle leisten.

Meine Art, Exerzitien zu geben, habe ich vor drei Jahren in einem Buch veröffentlicht<sup>1</sup>. Ich habe es in einer einfachen und konkreten Form getan, damit die Leser anhand der anschaulichen Hinweise dieses Buches auch selbstständig Exerzitien machen können. Dabei habe ich alles vermieden, worin sich der Leser, der mit dem Exerzitienbuch des Ignatius nicht vertraut ist, fremd fühlt. Ich wollte ihn nicht mit Vergleichen zum Exerzitienbuch belasten. Das Buch sollte eine praktische Anleitung sein. Ich habe auf alle Hinweise verzichtet, die gezeigt hätten, wie es sich aus dem Exerzitienbuch entfaltet hat.

In diesem Artikel dagegen möchte ich diesen Zusammenhang aufzeigen. Er soll nicht den geschichtlich und wissenschaftlich genauen Sinn des Exerzitienbuches beschreiben, sondern mein Verständnis von ihm. Er will ein einfacher Beitrag sein, der mehr aus der Praxis als aus dem Studium gewachsen ist. Er soll die gegenseitige Belebung von der Praxis und vom Verständnis des Exerzitienbuches erkennen lassen.

Ich erhebe mit diesem Artikel keinen Anspruch auf Ausschließlichkeit. Einzelne Punkte können und werden diskutiert werden. Aber ich vermitte ein Verständnis der Exerzitien, das die klassische Deutung des Exerzitienbuches sehr befruchten könnte.

### 1.2. Der Begriff: „Kontemplation“

Das lateinische Wort „*contemplari*“ bedeutet „schauen“. In diesem Sinn gebraucht Ignatius „*contemplación*“. Er kennt drei Stufen dieser „*contempla-*

---

<sup>1</sup> F. Jalics, *Kontemplative Exerzitien*. Eine Einführung in die kontemplative Lebenshaltung und in das Jesusgebet. Würzburg 1996. Ab jetzt „KKEE“ abgekürzt. Um den Text nicht mit vielen Zitaten zu belasten, schreibe ich nur die Stellenangaben des Exerzitienbuches selbst in den Text. Die Referenzen auf mein Buch gebe ich in die Anmerkungen.

ción“. Das Schauen mit den äußeren Sinnen (Exerzitienbuch<sup>2</sup> 106), das Schauen mit den inneren Sinnen (EB 121–126) und das geistige Schauen ohne die Aktivitäten der anderen geistigen Fähigkeiten wie Gedächtnis, Verstand und Wille (EB 234)<sup>3</sup>. Letzteres ist die reinste Form der erworbenen Beschauung oder „*contemplatio adquisita*“. Sie wird *erworbene* genannt, weil der Mensch sie sich mit Hilfe der Gnade aneignen kann. Sie ist die *reinste* Form der erworbenen Kontemplation, weil die anderen geistigen Fähigkeiten wie Gedächtnis, Verstand und Wille ganz zurücktreten und weil der einfache und liebende Blick ausschließlich auf die „göttliche Person“ (EB 258) gerichtet ist und nicht auch auf „göttliche Dinge“<sup>4</sup> neben Gott selbst wie bei den ersten zwei Stufen. Ich gebrauche Kontemplation in dieser reinsten Form der erworbenen Beschauung.

Von der Diskussion über den Kontemplationsbegriff sind meine Exerzitien, mein Buch und der gegenwärtige Artikel unabhängig. In ihnen geht es nur um die Sache selbst. Ich bin nämlich der Meinung, daß Ignatius dem Schauen auf die Gegenwart Gottes im Gebet letztendlich eine so zentrale Rolle beimißt, daß die Aktivität aller anderen Fähigkeiten zurücktreten muß, bzw. daß er dieses Schauen auf die Gegenwart Gottes ohne die Aktivität der anderen geistigen Fähigkeiten, als die letzte und endgültige Phase der Exerzitien anstrebt. In diesem Aufsatz möchte ich meine Argumente, die meines Erachtens dafür sprechen, vorlegen.

### 1.3. Die Vorstellung meines Buches

Das Anliegen meiner Exerzitien und meines Buches ist, den Exerzitanten dazu zu führen, daß er lernt, seine Aufmerksamkeit vollständig auf die Gegenwart Gottes zu richten, bis er in der Schau Gottes ganz aufgeht. Der Exerzitant lernt, seine Aufmerksamkeit in drei Schritten mehr und mehr nach innen zu richten. Über die Wahrnehmungen mit seinen *äußereren Sinnen* (Natur, eigener Körper) und die Wahrnehmungen mit seinen *inneren Sinnen* (Atem, Körperenergie, innerer Ton) wird er zu *geistigen Wahrnehmungen*

<sup>2</sup> Die Zitate entsprechen der Übersetzung vom P. Knauer: Ignatius von Loyola, *Geistliche Übungen und erläuternde Texte*. Übersetzt und erläutert von Peter Knauer. Graz, Wien, Köln 1978. Persönlich habe ich mehr mit dem spanischen Originaltext gearbeitet. Da die Übersetzung von Pater Knauer sehr gut ist, habe ich es nicht für nötig gehalten, auf die spanischen Texte zurückzugreifen. Exerzitienbuch wird mit „EB“ abgekürzt.

<sup>3</sup> Ich bin mir bewußt, daß der Text von EB 234 auf den ersten Blick den Eindruck weckt, hier sollten die geistigen Fähigkeiten wie Gedächtnis, Verstand und Wille aktiviert werden. Zugleich bin ich aber auch der Meinung, wie das weiter unten im 7. Punkt ausführlich dargelegt werden soll, daß es Ignatius nicht darauf ankommt.

<sup>4</sup> A. Tanquerey, *Grundriss der Aszetischen und Mystischen Theologie*. Paris 1931, 892.

geführt (Stille, Friede, Gegenwart, Dasein) bis er auf die Gegenwart Gottes schauen kann.

Gleichzeitig wird er angeleitet, daß seine Aufmerksamkeit (sein Schauen) immer *wacher* wird, und daß er in diesem Schauen länger und länger *verweilen* kann. Die Schwierigkeit auf diesem Weg ist, daß die Aktivitäten seiner anderen geistigen Fähigkeiten ständig einbrechen und ihre Aufmerksamkeit auf sich ziehen. So muß er in mühsamer Kleinarbeit einüben, wie man mit ihnen umgeht.

Er lernt, so früh wie möglich zu merken, wann er sich in *Gedanken* zerstreut. Ohne die Gedanken zu bekämpfen, kommt er einfach zum Schauen zurück. „Alles was kommt, darf kommen“ ist das Prinzip, aber „man soll nicht bei den Gedanken bleiben, sondern, ohne sie abzulehnen, wieder zum Schauen zurückkommen“. Er trennt sich so von den Gedanken, daß er sie nicht ablehnt, sondern sich wieder dem Schauen zuwendet. Auf die gleiche Weise geht er mit Vorstellungen und Bildern um.

Auf ähnliche Weise lernt der Exerzitant mit seinen *Gefühlen* umzugehen. Auf der einen Seite soll er sie nicht verdrängen und sie nicht verändern wollen. Er soll sie einen Augenblick anschauen, bis er sagen kann: „Ja, dieses Gefühl ist da, es gehört jetzt zu mir“. Damit fängt er an, seine unangenehmen Gefühle zu erleiden. Auf der anderen Seite soll er sich aber nicht mehr mit ihnen beschäftigen. Er kehrt zur Wahrnehmung zurück. Die aufgetauchten Gefühle, die er noch nicht verarbeitet hat, werden nicht durch die Beschäftigung mit ihnen erlöst, sondern durch das Erleiden. So fordert es die Nachfolge Christi: das Kreuz anzunehmen und bei Christus zu bleiben.

Ebenso tauchen durch das *Gedächtnis* viele Erinnerungen auf. Der Exerzitant lernt, immer in der Gegenwart zu bleiben und den aus dem Gedächtnis auftauchenden Gedanken nicht nachzugeben. Er lernt seinen *Willen* nicht zu betätigen. Der Exerzitant muß nichts erreichen, keine Leistungen vorweisen, noch nicht einmal, daß er gut meditiert. Er lernt, von den Ergebnissen unabhängig zu bleiben. Dementsprechend braucht er auch keine Bittgebete mehr zu sprechen, weil er ja nichts will. Er verweilt im Dasein ohne Ziele, ohne Absichten und ohne Wünsche.

Um die Bodenständigkeit dieses Vorgehens zu bewahren, wird der Exerzitant von Anfang an ständig mit der Wahrheit konfrontiert, daß *Gott zu begreifen, sich selbst zu begegnen und den Mitmenschen zu begegnen*, ein und dasselbe ist. Genauso muß er stets üben, daß diese Begegnung *Hingabe, Dienstbereitschaft und Anbetung* beziehungsweise *Ehrfurcht* bedeutet. Höchstes Prinzip bleibt immer, Gott zu suchen und nicht seine Gaben, *auf Gott zu schauen und nicht auf die Gaben Gottes*. Auf diesem Weg wird der Exerzitant zum Jesusgebet geführt.

Dieser ganze Prozeß wird in meinem Buch in zehn kurzen Aufsätzen be-

schrieben, die jedes Mal mit konkreten Anweisungen zur Meditation versehen sind, und der Exerzitant wird mit der Ausführung der Aufgaben in fast 200 typischen Gesprächen konfrontiert, die ihm weiterhelfen.

## 2. Die letzte große Wende

Die ignatianischen Exerzitien verlaufen nach einem einfachen Plan. Nachdem der Exerzitant im *Prinzip und Fundament* erklärt hat, daß er Exerzitien machen will, und wohin er damit geführt wird, folgen einige Tage der Besinnung auf seine Sünden. Er wird in dieser ersten Woche durch Besinnung zu Reue und am Ende zur Dankbarkeit für die Erlösung durch Jesus Christus geführt.

In der zweiten Woche wird ihm eine neue Sicht des Lebens gezeigt: die Nachfolge Christi. Die Besinnungen ändern sich in Betrachtungen über das Leben Jesu, und allmählich wird er zu einer Wahl geführt, um zu entscheiden, wieweit er Christus nachfolgen oder wie er sein Leben dieser Nachfolge Christi entsprechend gestalten will. Später dann, in der dritten Woche, betrachtet er das Leiden Jesu Christi. Die vierte Woche macht ihn mit den Mysterien der Auferstehung vertraut, bis er die nötige Bestätigung und Stärkung für die von ihm gewählte Nachfolge Christi findet.

In diesem Prozeß sehen die meisten Exerzitienleiter den vollen Ablauf der Exerzitien. Damit geht für sie auch der Exerzitienprozeß zu Ende. Kommt der Exerzitant nach einem Jahr zurück, wiederholt er denselben Vorgang. Nur der Gegenstand der Wahl unterscheidet sich und die erste Woche kann ein wenig abgekürzt sein. Andere kleine Änderungen können vorgenommen werden, aber im großen und ganzen wird der gleiche Exerzitienprozeß wiederholt.

Meine Erfahrung ist jedoch, daß nach den Betrachtungen des Lebens Jesu in der zweiten, dritten und zu Anfang der vierten Woche noch ein ganz neuer Abschnitt der Exerzitien eingeleitet wird. Der Exerzitant wird in eine kontemplative Zeit der Exerzitien hineingeführt. Nur sie bildet einen Zustand, der auch im alltäglichen Leben bleibt und die Grundlage für das ignatianische Ideal des „kontemplativen Menschen in Aktion“ bildet.

## 3. Die Vorwarnung

Vor der „Betrachtung, um Liebe zu erlangen“ stehen zwei Bemerkungen (EB 230–231). Sie haben eine besondere und wichtige Aufgabe. Die erste verweist auf den Übergang von den Worten zu den Werken:

„Die *erste* ist: Die Liebe muß mehr in die Werke als in die Worte gelegt werden (EB 230).“ Das gilt für den Exerzitanten, denn er wird bald von seinen Betrachtungen und Worten zu den Werken seines Alltags zurückkehren<sup>5</sup>.

Aber die Bemerkung bezieht sich auch auf eine Gegenseitigkeit. Sie ist gut bewiesen:

„Die Liebe besteht in Mitteilung von *beiden Seiten*: ... nämlich darin, daß der Liebende dem Geliebten gibt und mitteilt, was er hat, ... und genauso umgekehrt der Geliebte dem Liebenden...“ (EB 231).

So gilt das auch für Gott. Auch er legt seine Liebe mehr in seine Werke als in seine Worte.

Das ist der Abschied von der Schriftbetrachtung als dem Ort der Begegnung mit Gott. Der Exerzitant hört auf, Gott in seinen Worten zu betrachten, und geht dazu über, ihn in seinen Werken, in der Realität selbst zu schauen, sei es in äußeren Werken, sei es in der Gegenwart selbst. Wir kommen darauf gleich zurück.

Ignatius will also vorwarnen: Achtung! Da kommt etwas ganz Neues. Da kommt eine ganz neue Dimension der Exerzitien! Überseht das jetzt nicht! Die *zweite* Bemerkung beschäftigt sich mit der Hingabe. Wir haben sie oben zitiert.

Diese Hingabe ist gegenseitig. Das könnte eine Anspielung auf die Gnaden der ersten Wahlzeit sein. Gott will große Gnaden mitteilen. Und sie gelten dem Exerzitanten, wie das aus den angeführten Beispielen offensichtlich ist. Schauen wir den ganzen Text nochmals an:

„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, es dem geben, der es nicht hat; wenn Ehren; wenn Reichtümer; und genauso gegenseitig“ (EB 231).

Aber was will Ignatius damit sagen? Hat der Exerzitant etwa seine Hingabe nicht in allen Werken seines Lebens Christus angeboten (EB 98)? Hat er sich bis jetzt in den vier Wochen nicht mitgeteilt? Könnte man sagen, daß seine Entscheidung für den dritten Grad der Demut (EB 167) keine echte Hingabe war? Doch der Exerzitant, der bis zu diesem Punkt der vierten Woche gekommen ist, muß sich wohl Christus hingegeben haben. Wozu dient dann diese Bemerkung?

Immerhin hat er etwas noch nicht hingegeben. Er hat seine inneren Fähigkeiten, seine Erinnerung, seinen Verstand, seinen Willen selbst noch nicht hingeschenkt. Er hat seine Beschäftigung mit seinen Trost- und Trostlosig-

<sup>5</sup> Bemerken wir, daß die Betrachtung, um Liebe zu erlangen, und die drei Weisen des Gebetes noch streng zur vierten Woche und konsequenterweise zum Korpus der Übungen gehören, nicht wie die Unterscheidung der Geister, die Anweisungen für den Exerzitienmeister enthalten (EB 4).

keitszuständen noch nicht aufgegeben. Sie werden als nächste behandelt. Wir untersuchen sie sogleich.

So versteht man die Vorwarnung des Ignatius. Deshalb ist diese feierliche Ankündigung nötig. Die Änderung, die ich ‚große Wende‘ genannt habe, besteht nicht darin, daß die kontemplative Perspektive des Schauens auf die göttlichen Personen eingeführt wird. Angefangen von der zweiten Woche hat Ignatius mehr und mehr kontemplative Elemente eingeführt, wie wir gleich sehen werden. Die neue Phase besteht darin, daß der Exerzitant die mentale Ebene des Denkens, und sowohl die Bedeutung wie auch die Unterscheidungen von Trost und Trostlosigkeit aufgibt, und seine geistlichen Fähigkeiten zur Ruhe kommen läßt. Die Praxis zeigt, daß das ebenso für den Exerzitanten wie auch für den Exerzitienmeister eine sehr langwierige und mühsame Arbeit ist. Und das ist neu. Ignatius will sagen: Achtung! Hier kommt eine wesentliche Änderung von den Worten zu den Werken. Hier kommt etwas Neues. Hier treten wir in eine andere Ebene der Hingabe und des sich Mitteilens ein. Hier beginnt eine ganz neue Ära. Vorsicht! Überseht das jetzt nicht!

#### 4. Die neue Hingabe

Nachdem Ignatius die kontemplative Zeit so eingeführt hat, legt er die Be- trachtung, um Liebe zur erlangen, vor (EB 232–237). Die Bemühung, etwas für Gott zu tun, ändert sich in die Bemühung, ganz durchlässig zu werden, nur auf Gott zu schauen und ihm auch innerlich alle geistlichen Fähigkeiten zu überlassen: die Freiheit, die Erinnerungen, das Denken, die Beschäftigung mit den Gefühlen und den Willen, etwas erreichen zu wollen.

Genau dieser Unterschied wird sehr deutlich, wenn man das Gebet des Exerzitanten in der Christkönigsbetrachtung und in der Betrachtung, um Liebe zu erlangen, nebeneinander stellt. Die Hingabe der Christkönigsbe- trachtung bezieht sich auf das rechte Handeln in der Nachfolge Christi (EB 98). In der Betrachtung, um Liebe zu erlangen, geht es bis zur Übergabe der inneren Fähigkeiten. Schauen wir die Texte an.

In der Christkönigsbetrachtung heißt es:

„Ich mache mit Eurer Gunst und Hilfe vor Eurer unendlichen Güte und vor Eurer glorreichen Mutter und allen heiligen Männern und Frauen des himmlischen Hofs mein Anerbieten, daß ich will und wünsche und es mein überlegter Entschluß ist, wofern dies nur Euer größerer Dienst und Lobpreis ist, Euch darin nachzuahmen, alle Beleidigungen, alle Schmach und alle sowohl aktuale wie geistliche Armut zu erdulden, wenn Eure heiligste Majestät mich zu einem solchen Leben und Stand erwählen und annehmen will“ (EB 98).<sup>6</sup>

---

<sup>6</sup> Kursiv vom Verfasser.

Es geht also um eine Hingabe des Handelns und Tuns an Gott. Der Exerzitant soll es mit Hilfe der Gnade tun wollen und unter der Bedingung, daß Gott ihn „erwählen oder annehmen will“. Aber es geht um eine Nachfolge mit eigener Aktivität: „... ich *anerbiete* ... ich *wünsche* ... mein *Entschluß* ist ... ich *erdulde*“.

In der Betrachtung, um Liebe zu erlangen, finden wir dagegen eine neue Aufgabe für den Exerzitanten. Da soll er nichts mehr wollen oder tun. Er soll Gott seine Fähigkeiten zurückstatten: Er soll nicht versprechen, sich aktiv für Gott einzusetzen, etwas zu vollbringen oder zu leisten, sondern er soll seine inneren Fähigkeiten zur Ruhe kommen lassen, damit Gott die Aktivität seines Tuns übernimmt:

*„Nehmt Herr und empfangt meine ganze Freiheit, mein Gedächtnis, meinen Verstand und meinen ganzen Willen, all mein Haben und mein Besitzen. Ihr habt mir gegeben; Euch gebe ich es zurück. Alles ist Euer, verfügt nach Eurem ganzen Willen. Gebt mir Eure Liebe und Gnade, denn diese genügt mir.“*

Diese Passivität, diese Durchlässigkeit der eigenen Aktivität, damit Gott alles tut, genau das ist die Kontemplation<sup>7</sup>.

Man müßte dazu bemerken, daß Gedächtnis, Verstand und Wille für Ignatius die Gesamtheit der geistigen Fähigkeiten bedeuten. Der Exerzitant behält nur eines: seine Aufmerksamkeit, sein Schauen<sup>8</sup>.

Diese Betrachtung ist keine Nebensache, kein belangloser Schmuck am Ende der Betrachtungen. Da wird eine neue Zeit der Exerzitien eingeleitet, denn sie ist qualitativ verschieden von allem Vorherigen. Sie führt auf eine ganz neue Ebene der menschlichen Existenz.

Ignatius wird diese neue Qualität der Hingabe anschließend konkret zeigen und einüben lassen. Wir werden es gleich sehen.

## 5. Der Umgang mit der Hl. Schrift

Oft wird gefragt, welche Beziehung mein Buch „Kontemplative Exerzitien“ zur Heiligen Schrift hat. Viele haben beobachtet, daß eine enge Beziehung besteht<sup>9</sup>. Es wird immer wieder anerkannt, daß es tief von der Schrift geprägt ist. Und doch steht man ratlos vor meiner Bitte, der Exerzitant solle während der Exerzitien die Heilige Schrift beiseite legen<sup>10</sup>. Ist das nicht ein Widerspruch?

<sup>7</sup> Im Vergleich zu diesem qualitativ verschiedenen Weg, nenne ich die zweite, die dritte und den Anfang der vierten Woche „vorkontemplativ“; vgl. KKEE, 12–15.

<sup>8</sup> Vgl. das Gespräch mit Benedikt: KKEE, 388–391.

<sup>9</sup> KKEE, 20 und die Gespräche mit Marita KKEE, 166–169 und mit Lilli, KKEE, 339–341.

<sup>10</sup> KKEE, 74.

Meine Praxis deckt sich vollständig mit der des Ignatius. Beide leben von der Offenbarung. Die Bibel bildet ihre Grundlage, ihre Seele und ihren Lebensraum. Der direkte Gebrauch der Schrift dagegen ist im Exerzitienbuch beschränkt auf die zweite, dritte und auf den Anfang der vierten Woche.

In der ersten Woche nimmt der Exerzitant die Heilige Schrift nicht zur Hand. Ignatius rechnet damit, daß die Bibel für ihn noch nicht so wichtig ist, als daß er sich daran orientieren könnte. Die Offenbarung ist zwar präsent: Die Sünde der Engel (EB 50), die Sünde Adams (EB 51), oder die Todstunde (EB 52). Aber die Bibeltexte sind nur indirekt gegenwärtig: durch das Wort des Exerzitienmeisters. Der Exerzitant bekommt die Heilige Schrift nicht in die Hand. Überlegungen können ihn zunächst mehr berühren als Bibeltexte.

In der zweiten, dritten und am Anfang der vierten Woche hat die Heilige Schrift ihren richtigen Ort. Sie bestimmt in dieser Periode den Stil der Exerzitien. Aber auch jetzt hat ihr Gebrauch seine Grenzen. Ignatius läßt über die Mysterien des Leben Jesu betrachten. Am Ende jeder Betrachtung läßt er den Exerzitanten die Bibel zur Seite legen und ein freies, spontanes und vertrauliches Wort zur Muttergottes, zu Jesus Christus und zum Vater sprechen. Ignatius nennt es Kolloquium, in der deutschen Übersetzung wird es als „Gespräch“ bezeichnet (EB 109 f.).

Dieses Gespräch ist bei Anfängern ganz kurz. Sie brauchen nämlich noch viele Erinnerungen, Gedanken, Überlegungen, um mit Gott ins Gespräch zu kommen. Sie brauchen Zeit, um sich in die einzelnen Szenen der Evangelien einzufühlen. Die Betrachtungen der Mysterien haben die Aufgabe, den Exerzitanten zum vertraulichen Gespräch mit Jesus Christus zu führen. So ist der direkte Umgang mit der Schrift eine Vorbereitung auf dieses Gespräch. In ihm findet die Betrachtung ihre Krönung. Mit der Zeit verkürzt sich diese Vorbereitung des Gespräches. Der Exerzitant wird nach und nach leichter und schneller zu diesem vertraulichen Gespräch disponiert. So nimmt die Zeit ohne direkte Bibelarbeit immer mehr zu. Nicht weil der Exerzitant nicht mehr aus der Bibel lebt, sondern im Gegenteil, weil sie ihn schon zu einer direkten Verbindung mit seinem Herrn geführt hat. Die Worte und der Geist der Offenbarung sind wenigstens schon für die Zeit dieses Gespräches in seinem Herzen. Seine direkte Verbindung zu Gott löst die Beschäftigung mit der Bibel ab.

In der kontemplativen Zeit dehnt sich die unmittelbare Begegnung mit Gott ohne Bibeltext auf die ganze Gebetsstunde aus. Die Aufmerksamkeit hat sich auf die innere Schau, auf Gott selbst verlagert. In der genannten Kontemplation gibt es keinen direkten Gebrauch der Bibel. Die Texte sind unverkennbar deutlich (EB 233–260).

Die erste Bemerkung vor der Betrachtung, um Liebe zu erlangen (EB 230), bezieht sich gleicherweise auf Gottes Werke und die Werke des Exer-

zitanten. Wir haben es schon erwähnt: die Liebe liegt mehr in den Werken als in Worten. Der Exerzitant wird zu einer inneren Schau geführt, indem er sich ohne Worte der Offenbarung hingeben kann.

Dies wird in den nächsten Punkten konkret gezeigt (EB 234–237). Keiner der vier Punkte dieser Betrachtung enthält einen Hinweis auf die Bibel. Wir begegnen hier dem Übergang von der Betrachtung der Schrift zum inneren Schauen auf Gott in seinen äußeren Werken: dem Dasein überhaupt. Das gilt für den Alltag, aber auch für die Gebetsstunden. Dabei ändert sich die Gebetsweise. Die Schriftbetrachtung wird als allgemeine Gebetsweise verabschiedet. Sie gehört der zweiten, dritten und dem Anfang der vierten Woche an. Eine direkte, innere Schau löst sie ab.

Das wird noch verständlicher von der Betrachtung der Mysterien des Lebens Jesu her. Die letzte Betrachtung des Lebens Jesu gilt der Himmelfahrt (EB 312). Für die Apostel ist damit eine neue Ära angebrochen. Sie müssen sich von der Nähe und Wärme des Jesus von Nazareth lösen und sich dem allgegenwärtigen und auferstandenen Christus zuwenden. Er ist für sie überall da. Auf ihn können sie in allen Kreaturen schauen, besonders aber im Nächsten und in sich selbst. Er wohnt mit der ganzen Heiligen Dreifaltigkeit im Urgrund ihrer Seele. Er ist den Aposteln näher als sie sich selbst. Genau diesen Schritt muß der Exerzitant noch vollziehen. Er muß von der Intimität der Betrachtungen des Lebens Jesu in die alltägliche Realität zurückkehren. Das kann ihm am Anfang wie den Aposteln Angst machen, aber der allgegenwärtige und auferstandene Christus führt ihn und gibt ihm seinen Geist. Er ist auch jetzt überall da. Auf ihn kann der Exerzitant in allen Kreaturen schauen, besonders aber im Nächsten und in sich selbst. Der Auferstandene ist ihm näher als er sich selbst. Ignatius konfrontiert den Exerzitanten mit diesem Übergang der Apostel vom menschlichen Jesus zum auferstandenen Christus. Es ist eine Herausforderung, aber Ignatius mutet sie dem Exerzitanten zu<sup>11</sup>.

Unmißverständlich sieht man dasselbe im persönlichen Gebet des Ignatius. In seinem geistlichen Tagebuch gibt es keine einzige Stelle, die irgendwie darauf hinweisen würde, daß er während seines Gebetes die Bibel aufgeschlagen hätte.<sup>12</sup> Die Heilige Schrift ist wie ein Brunnen. Aus dem Brunnen kann man Wasser schöpfen. Soviel er auch spendet, das Wasser

<sup>11</sup> Siehe auch Texte in KKEE, 20, 139–141, u. a..

<sup>12</sup> In seinem Tagebuch schreibt er von den Gebetszeiten: seine „gewohnten“ Gebete (z.B. am 9. Februar), das Gebet zur Vorbereitung der Messe (z. B. am 15 Februar). Die Messe selbst, die etwa eine Stunde dauerte. Nach der Messe bleibt er länger in Danksagung. Siehe Ignatius von Loyola, *Das Geistliche Tagebuch*. Herausgegeben von Adolf Haas SJ und Peter Knauer SJ, Freiburg i. Br. 1961. Im folgenden abgekürzt mit GT.

versiegt nicht. Aber wozu braucht man einen Brunnen, wenn das ganze Land unter Wasser steht?

So ist das mit der Schrift. Sie ist ein Brunnen. Er spendet den Zugang zu Gott. Aus ihm kann man immer schöpfen; er trocknet nie aus. Aber wozu braucht man den Text der Schrift, wenn das ganze Land unter Wasser steht, das heißt, wenn der Zugang zu Gott sich soweit entwickelt hat, daß der unmittelbare Kontakt zu Gott ständig da ist. Ist es so unmöglich sich vorzustellen, daß Texte und Worte die Unmittelbarkeit der Begegnung mit Gott nicht mehr fördern, sondern nur stören?

Die geistliche Lehre der Kirche sagt dasselbe. Die Bibelbetrachtung wird in den Handbüchern der Askese und der Mystik als zweite der vier asketischen Gebetsstufen eingeordnet. Im eigentlichen kontemplativen Gebet wird ihnen kein Platz zugewiesen<sup>13</sup>.

Daß in den Gebetsstunden der kontemplativen Exerzitien die Schrift nicht verwendet wird, bedeutet nicht, daß eine Beschäftigung mit der Schrift unerwünscht oder nicht notwendig wäre. Sie ist lebenswichtig, nur nicht in den Gebetszeiten selbst. Wenn ein Kind seinem Vater danken will, schaut es nicht auf den Text eines Buches über Dankbarkeit. Es wendet sich ganz seinem Vater zu und sucht den Blickkontakt mit ihm. Der ständige Blickkontakt mit Gott im Gebet ist eine Vorbedingung dafür, daß der Mensch „Gott in allen Dingen finden kann“ (EB 232).

## 6. Die Gnade genügt (EB 233 und 234)

Es gibt in dieser Betrachtung, um Liebe zu erlangen, noch eine überwältigende Überraschung. Im Gebet „Nehmt Herr ...“ spricht der Exerzitant am Ende: „Gebt mir Eure Liebe und Gnade, denn diese genügt mir“ (EB 234).

Gott ist die Liebe (1 Joh 4,16b) und die Gnade ist Jesus Christus selbst. Mit diesem „genügt“ oder spanisch „basta“<sup>14</sup> vereinfacht Ignatius die Bittgebete und die zweite Hinführung in allen Gebetsstunden. Der Exerzitant bittet um Gnade, aber nicht für Zweitrangiges, denn Gott genügt ihm. Dieses „basta“ im spanischen Text muß man ernst nehmen. Hat einer sich ganz Gott überlassen, kann er nicht mehr bestimmen wollen, was dieser ihm schenken soll. Würde er in diesem Fall sein „genügt“ nicht zurücknehmen?

Tatsächlich hören in der kontemplativen Haltung die Bittgebete auf. Sie

<sup>13</sup> vgl. A. Tanquerey, *Grundriss der Aszetischen und Mystischen Theologie*. Paris 1931, 495–497 u. 891–892.

<sup>14</sup> Wir erinnern an das Wort der Heiligen Theresa von Avila: „Dios solo basta“, Gott allein genügt.

ändern sich in Äußerungen des Vertrauens. Statt „Gib mir, was ich brauche!“ kann man höchstens sagen: „Ich weiß, daß Du mir alles gibst. Ich lege mein ganzes Schicksal in Deine Hände! Deine Fürsorge für mich genügt. Ich brauche es weder zu sagen noch zu bestimmen, wie Du für mich sorgen sollst. Ich lege mich vollständig in Deine Hände, und für mich ist es gut so, wie Du es mir schenkst.“ In dieser Haltung offenbart sich ein sehr großes Vertrauen. Ignatius mutet sie ab dieser Betrachtung dem Exerzitanten zu.

Jetzt geht es darum, daß das Vertrauen in Gott eine ganz neue Dimension erreicht. Der Wille wurde Gott geschenkt. Der Exerzitant will nichts außer Liebe. Das ist eine große Änderung in der Praxis der dritten Hinführung. Bis jetzt hat der Exerzitant immer darum gebeten, was er wollte: „Die dritte: um das zu bitten, was ich will...“ (EB 233 und a. O.).

Er hat in jeder Betrachtung entsprechend immer um etwas Besonderes gebeten. Das ändert sich, insofern als er von jetzt an immer nur um dasselbe bittet: Liebe und Gnade. In der kontemplativen Zeit will er nicht mehr bestimmen, was Gott ihm geben soll.

Diese Haltung ist auch eine Voraussetzung dafür, daß die *Indifferenz* des Fundamentes (EB 23) erreicht werden kann. Wie könnte man eine Indifferenz der Welt gegenüber (Tod oder langes Leben: EB 23) erlangen, wenn man ständig noch Wünsche hat, die sich auf diese Welt beziehen. Der Weg zur vollen *Indifferenz* führt notwendigerweise durch eine Zeit, in der man nichts will, nichts wünscht. Dieser Weg führt zu einem Zustand, in dem man Gott und nicht mehr die Gaben Gottes sucht, so wichtig und so erhaben sie auch sein mögen. Nur dieser ständige Blick auf Gott führt zur echten Indifferenz.

Dies bedeutet auch eine strukturelle Änderung zwischen der zweiten, der dritten und dem Anfang der vierten Woche einerseits und der kontemplativen Zeit andererseits.

## 7. Das Schauen auf die Gegenwart Gottes

Untersuchen wir die vier *Punkte* (EB 234–237) der Betrachtung, um Liebe zu erlangen. Auf den ersten Blick hat man den Eindruck, daß Ignatius in ihnen einen unerschöpflichen Betrachtungsstoff zusammengetragen hat. Wenn man jedoch genauer hinschaut, sieht man, daß das Gegenteil der Fall ist. Ignatius will den Betrachtungsstoff als solchen endgültig abschaffen.

Ein aufmerksames Lesen der vier *Punkte* läßt keinen Zweifel darüber, daß Ignatius mit der langen Beschreibung einen umfassenden Blick, eine ganz bestimmte Art zu sehen, zu vermitteln sucht.

Schauen wir den Text des vierten Punktes an (EB 237):

„Schauen, wie alle Güter und Gaben von oben herabsteigen, etwa meine ... Macht, ... und genauso Gerechtigkeit, Güte, Freundlichkeit, Barmherzigkeit usw.; wie von der Sonne die Strahlen herabsteigen, vom Quell die Wasser ...“

Ist das nicht ein Ringen um eine Vision, um etwas, was er nicht richtig ausdrücken kann? Oder wenn er im dritten Punkt (EB 236) unseren Blick darauf richtet, wie Gott „das Sein gibt“. Oder wenn er sagt, wir sollen darauf schauen, wie „Gott in den Geschöpfen wohnt“ (EB 235). Was ist dieser Blick, in dem ich schauen kann, wie Gott mir „Sein gibt“, mich „beseelt“, „wahrnehmen macht“, und indem „er mich verstehen macht“, „indem er einen Tempel aus mir macht“ (EB 235)? Ist dieser Blick nicht die innere Schau der Gegenwart Gottes, die man Kontemplation nennt? „Gott finden in allem“. Ist das nicht der Zustand, von dem Benedikt sagt: „In der Gegenwart Gottes wandeln“?

Ignatius spricht hier von einer reinen Gnade. Mit seinen begrenzten Sprachmöglichkeiten beschreibt Ignatius seinen eigenen Zustand. Er lebt ganz in der Gegenwart Gottes. Der Exerzitant hat Gott alle seine äußeren und inneren Fähigkeiten hingegeben und sie zur Ruhe kommen lassen. Was ihm geblieben ist und was er nicht abgeben kann, ist seine Aufmerksamkeit, sein Bewußtsein. Mit seiner ganzen Aufmerksamkeit, mit seinem ganzen Bewußtsein soll er sich nun auf Gott ausrichten. Das ist die kontemplative Schau (EB 235 und 237).

Kontemplation kann man nicht erlernen. Sie ist reine Gnade. Man kann sich aber für sie disponieren. Und die unmittelbare Disposition ist der Abbau der inneren geistigen Aktivitäten, bis nichts anderes bleibt als das reine Bewußtsein, die reine Aufmerksamkeit. Diese Aufmerksamkeit, nur auf die Gegenwart zu schauen, d.h. die Gegenwart wahrzunehmen, bedeutet Vorbereitung auf die Gnade der Kontemplation. Ignatius strebt eine neue schauende Unmittelbarkeit zum Sein und Handeln Gottes an. Und das braucht eine eigene Zeit, mit einer eigenen Methode, mit einer neuen Haltung, mit neuer Unterscheidung der Geister, mit eigener Wahlmethode und mit einer neuen Gebetsweise.

Weil nur die Aufmerksamkeit auf die Gegenwart Gottes bleibt, ist auch kein Betrachtungsstoff mehr nötig. Die diskursiven Überlegungen und die Unterscheidung der Zustände von Trost und Trostlosigkeit sind ja alle Gott zu Füßen gelegt worden.

Die Gebete vor und nach der Gebetsstunde bleiben unangetastet, aber der Bereich der Gebetszeit wird ohne Stoff bleiben. Wer da hineingekostet hat, wird sich immer zu diesem einfachen Blick hingezogen fühlen.

Kann man dabei wirklich keine Betrachtung mehr machen? Doch! Es spricht nichts dagegen. Man muß aber in diesem Fall wissen, daß man sich in die Atmosphäre der zweiten und dritten Woche zurückversetzt.

## 8. Prinzip und Fundament

Am Anfang des Exerzitienbuches nach den Anmerkungen (EB 1–22) und vor der allerersten Übung schreibt Ignatius einen Grundsatz und gibt ihm den Titel: *Prinzip und Fundament* (EB 23).

Er gibt erstens das Ziel seiner Exerzitien an<sup>15</sup>:

„Gott zu loben, ihm Ehrfurcht zu erweisen, ihm zu dienen, und dadurch seine eigene Seele zu retten.“ (Ebd.)

Er zeigt zweitens den schwierigen Weg oder die Aufgabe, die zu diesem Ziel führt:

„Deshalb ist es nötig, daß wir uns gegenüber allen geschaffenen Dingen in allem, ..., indifferent machen. Wir sollen also nicht unsrerseits mehr wollen: Gesundheit als Krankheit, Reichtum als Armut, Ehre als Ehrlosigkeit, langes Leben als kurzes ....“ (Ebd.)

Drittens legt er als Antwort auf diese Aufgabe die Übungen vor, die zu diesem Ziel führen, die Exerzitien selbst.

Es ist ein sehr konkretes Vorgehen und entspricht der Struktur einer Schule. Am Anfang steht die Aufnahmeprüfung. Ignatius gibt das Ziel an, wohin er mit der Schule führen will. Dann erklärt er, was zu lernen ist (d. h. Indifferenz). Das ist die Aufnahmeprüfung in die Schule. Wer das Ziel nicht anstreben will, braucht sie nicht zu absolvieren. Wer das Ziel der Exerzitien schon erreicht hat, braucht diese Schule auch nicht zu besuchen. Die Schule der Exerzitien ist für Menschen da, die das Ziel anstreben wollen, es aber noch nicht erreicht haben. Wenn die Zustimmung da ist, kann der Schüler mit den Exerzitien (Übungen) anfangen.

Es ist ein natürliches Vorgehen, wenn man jemanden zu etwas führen will. Dies gehört auch zur Art und Weise von Ignatius, der sich oft vorgenommen hat, Menschen zu einem besseren Lebenswandel zu führen<sup>16</sup>.

Wenn man genauer hinschaut, merkt man, daß Ignatius dieses Vorgehen in seinem Exerzitienbuch für ein Teilziel der Exerzitienschule noch einmal wiederholt. Und zwar dort, wo sich das Teilziel und der Weg dazu wesentlich ändern. Das heißt, wo er in einen entscheidend neuen Abschnitt des Lernprozesses hineinführen will.

Ist der Exerzitant schon reif, in die zweite Woche einzutreten, gibt Ignatius

<sup>15</sup> Das Ziel der Exerzitien ist schon in der ersten Anmerkung (EB 1) angegeben. Das ist aber für den Exerzitienmeister geschrieben. Dem Exerzitanten dagegen wird es im *Prinzip und Fundament* gesagt.

<sup>16</sup> Ignatius wendet dieselbe Vorgehensweise an, wenn er einen Kandidaten in die Gesellschaft Jesu aufnehmen will. Der Kandidat bekommt das „Examen Generale“, „allgemeine Prüfung“ vorgelegt, wo die Ziele der Gesellschaft angegeben werden und ihm gesagt wird, was sein Eintritt mit sich bringen würde. Anschließend kann er eintreten. Siehe Ignatius von Loyola, *Satzungen der Gesellschaft Jesu*. Frankfurt 1980, 19–61.

tius ihm in einer großen Vision den Ruf Christi des Königs, dem zu folgen das neue Ziel ist. Zweitens gibt er ihm im Hingabegebet dieser Betrachtung den Weg an (EB 98). Sollte der Exerzitant diesen Weg versuchen wollen, gibt er ihm eine neue Betrachtungsmethode (Betrachtung statt Besinnung) und neuen Betrachtungsinhalt (Mysterien des Lebens Jesu und Wahl statt Überlegungen). Wir merken, daß das Teilziel in eine große Vision gekleidet (EB 92–97), der Weg in einem Gebet vorgegeben ist (EB 98), und daß nachher ein neuer Übungsstil eingeleitet wird (EB 101 ff.).

Ignatius wiederholt dieses Vorgehen, als das Teilziel nochmals geändert wird. Er gibt in einer großen Vision das neue Ziel an, Gott in seinen Werken zu schauen (EB 234–237). Dann weist er wieder in einem Gebet den anspruchsvollen Weg zu diesem Ziel, nämlich alle geistigen Fähigkeiten zur Ruhe zu bringen und nur im Schauen zu bleiben (EB 234).

So steht die Folgerung fest. Wie *Prinzip und Fundament* zu den gesamten Exerzitien stehen, so steht die Christkönigsbetrachtung zur zweiten, dritten und zum Anfang der vierten Woche, und ebenso steht die Betrachtung, um Liebe zu erlangen, zur nächsten, zur kontemplativen Zeit.

Aber warum fehlen hier die Übungen, die „Exerzitien“, die zu diesem Ziel führen? Nach der Christkönigsbetrachtung gibt Ignatius in einem ganz neuen Stil Übungen für zweieinhalb Exerzitienwochen an. Und zwar mit genauer Sorgfalt. Er beschreibt den Plan für mehr als siebzehn Tage (EB 101–209) und dazu noch Übungen in fünfzig Punkten (EB 262–312). Warum läßt er jetzt, nach der Betrachtung der Liebe, die Übungen weg? Wo ist der neue Stil der Übungen? Braucht das nicht eine ganz neue Gebetsweise?

Ja, der Exerzitant braucht eine neue Gebetsweise, und diese Gebetsweise in einem völlig neuen Stil ist gründlich und gewissenhaft erklärt, wie er sie nach der Christkönigsbetrachtung mit den Betrachtungen des Lebens Jesu und mit der Wahl dargelegt hat. Der Unterschied liegt nur darin, daß die Übungen sehr einfach geworden sind. Die Aufgabe besteht ja nur in einem aufmerksamen Schauen, in dem man die geistigen Fähigkeiten nicht mehr betätigt. So sind die Übungen immer auf dieselbe Weise zu verrichten.

(*In GuL Heft 2/98: die neue Art des Betens, die neue Wahlpraxis und die neue Unterscheidung der Geister*)