
Die Merkmale der Ersten Exerzitienwoche

Johannes M. Steinke / Mannheim

Die Exerzitien seien „das Allerbeste, was ich in diesem Leben denken, verspüren und verstehen kann, sowohl dafür, dass sich der Mensch selbst nützen kann, wie dafür, Frucht zu bringen und vielen anderen helfen und nützen zu können.“¹ So schrieb Ignatius von Loyola, Gründer des Jesuitenordens und Autor der *Geistlichen Übungen*,² 1536 an seinen Freund und Beichtvater Manuel Miona. Ignatius’ Einschätzung kann nicht völlig falsch gewesen sein, denn die Exerzitien prägen bis heute das geistliche Leben der Kirche. Seit ihrer ersten Veröffentlichung 1548 sind mittlerweile mehr als 450 Jahre ins Land gegangen. So überrascht es nicht, dass, wer heute Exerzitien macht, den Übungen fast nie im Originaltext begegnet, sondern meist Formen der Geistlichen Übungen, die versuchen, sich in Textwahl und Darstellung den Fragen, Denkweisen und Erwartungen des heutigen Menschen anzupassen. Hierbei hat sich eine breit gefächerte Vielfalt etabliert.

1 Das Ziel der *Ersten Woche*

In diesem Zusammenhang stellt sich in besonderer Weise die Frage nach der rechten Anpassung der so genannten „Ersten Woche“. Die *Erste Woche* ist der Teil der Exerzitien, der zu Beginn der Geistlichen Übungen den gesamten weiteren Exerzitienweg vorbereitet. Sie stellt ebenfalls den Abschnitt der Exerzitien dar, den Ignatius in seinen verschiedenen Formen für eine möglichst große Gruppe von Personen vorgesehen hat: Alte und Junge, Männer und Frauen, gebildete und ungebildete, intelligente und einfache Menschen. Diese Verschiedenheit der Zielgruppen stellt an heutige Übertragungen und Anpassungen der Exerzitien hohe Ansprüche. Sollen entsprechende Übersetzungen der Exerzitien in die heutige Zeit gelingen, ist eine sorgfältige Kenntnis des Originaltextes und seiner Intentionen hilfreich, ja notwendig, denn erst dank ihrer wird eine authentische, kreativ-treue Adaptation für heute möglich sein.

Die folgenden Ausführungen möchten zu diesem Zweck die zentralen Grundzüge der *Ersten Woche* zusammentragen und herausarbeiten. Bei alldem soll

¹ Vgl. MHSI 22, MI Epp I, 113 [Übers.d.Verf.].

² Ignatius von Loyola, *Geistliche Übungen*. Nach dem spanischen Autograph übers. von P. Knauer. Würzburg ⁴2006 (zit. als EB).

ganz bewusst keine konkrete Übertragung vorgelegt werden, denn spezifische Einzellösungen sind vielmehr erst nach dem Blick auf die konkreten Elemente und nach Einschätzung der jeweiligen Situation zu entwickeln.

Betrachten wir zunächst das Ziel der Exerzitien als ganze. Sie sind darauf ausgerichtet, wie Ignatius in der Überschrift schreibt, „sein Leben zu ordnen, ohne sich bestimmen zu lassen durch irgendeine Anhänglichkeit, die ungeordnet wäre“ (EB 21) und „den göttlichen Willen in der Einstellung des eigenen Lebens zum Heil der Seele zu suchen und zu finden“ (1). Das Ziel der Exerzitien besteht demnach in der konkreten Ausrichtung seines Lebens auf Gott. Dieses „Sich-Ausrichten“ vollzieht sich durch die Abkehr vom Bösen in der *Ersten Woche* und durch das Maßnehmen am Leben Jesu in der *Zweiten bis Vierten*. Diese Neuordnung konkretisiert sich während des Exerzitienprozesses in einer Lebenswahl oder in der Reform eines bereits gewählten Lebensstandes. Diese Hinwendung zu Gott schenkt gleichzeitig das „Heil der Seele“ (1). Dieses „Heil der Seele“ darf bei Ignatius nicht rein individualistisch oder egozentrisch verstanden werden – weder als Entkommen aus der Hölle noch als psychische Gesundung. Es handelt sich vielmehr um ein umfassendes Heilwerden des Menschen. In der Öffnung für den Willen Gottes vollzieht sich, wozu der Mensch geschaffen ist (23). Er wird fähig zur Liebe und zum Dienst, d.h. zum Dasein für andere und zur Gestaltung der Welt im Sinne Gottes. Dies führt ihn in die Gemeinschaft mit allen Menschen und macht ihn zum „Tempel“ Gottes (235), in dem der „Herr sich ... nach seiner göttlichen Anordnung zu geben wünscht, so sehr er kann“ (234, vgl. 231). Das über Reinigung, Wahl oder Reform erlangte Heil besteht in der vollkommenen Selbstwerdung des Menschen, der als solcher in die Fülle der Gemeinschaft mit Gott berufen ist. Mit Franz von Hummelauer lässt sich entsprechend formulieren: „Der letzte Zweck der Exerzitien ist derselbe wie der letzte Zweck des Menschen überhaupt, nämlich das Heil seiner Seele; der nächste Zweck aber, wodurch sie das Heil der Seele fördern wollen, ist die Ordnung des Lebens für die Zukunft (also die Lebenswahl oder Reform; Erg.d.Verf.), und diese hat wiederum als unerlässliche Bedingung die Berichtigung der Vergangenheit zur Voraussetzung.“³

Das Ziel der *Ersten Woche* ist damit schon deutlich geworden. Sie bereitet durch einen Umkehrprozess den Exerzitienweg der folgenden drei Wochen vor. Im *Prinzip und Fundament* (23) begegnet der Exerzitant dem Programm der Exerzitien. Er sieht, wozu er geschaffen wurde, und er ist aufgerufen, sein Leben so zu gestalten, dass „wir allein wünschen und wählen, was uns mehr zu dem Ziel hinführt, zu dem wir geschaffen sind.“ Bereits hier stößt er an seine Grenzen. Wenn er ehrlich ist, sieht er, dass er der Dynamik des Fundaments in sei-

³ F. von Hummelauer, *Die Exerzitien des hl. Ignatius. Erläuterungen und Betrachtungspunkte*. Deutsch von M. Schmid. Saarbrücken 1938, 8 [Kursivierung im Orig. gesperrt].

nem Leben nur unzureichend folgt. Er spürt, dass er dieser Ordnung und Ausrichtung auf Gott nicht entspricht und dass ihn vieles hindert, sich darauf voll einzulassen. Genau hier setzt dann die *Erste Woche* ein. Sie dient dazu, den Exerzitanten frei zu machen *von*, damit er frei sei *für*, denn Umkehr bedeutet auch immer ein „auf … zu“. Dem Exerzitanten wird dazu ein neues Gegenüber vor Augen gestellt: Christus. In der Begegnung mit Christus neigt sich dem Üben den die Barmherzigkeit Gottes rettend und erlösend zu, denn sie ist es, die ihm erst wahre Bekehrung ermöglicht.⁴

Bei alldem geht es in der *Ersten Woche* nicht um „moralische Verfehlungen“. Ignatius strebt vielmehr die Erkenntnis der eigenen Erlösungsbedürftigkeit an. Ihm geht es um Schmerz und Tränen über die eigenen Sünden, also um eine umfassende Haltung des Schuldbewusstseins, die aus der Erfahrung der übergroßen Barmherzigkeit Gottes entspringt.⁵ Angesichts der übermäßigen Vergebung Gottes wird der Exerzitant so zu einer hörenden Bereitschaft geführt, in den Dienst Christi einzutreten und sich rufen zu lassen (vgl. den *Ruf des Königs*, 91–99). Das Ziel der *Ersten Woche* kann folglich bestimmt werden als „die Christusnachfolge vorbereitende Abkehr von der Sünde“,⁶ die durch die Begegnung mit Christus und der sich in ihm zeigenden Barmherzigkeit Gottes möglich gemacht wird.⁷

2 Grundmerkmale der *Ersten Woche*

Neben Ziel und Dynamik der *Ersten Woche* fallen weitere Merkmale auf. Es ist nicht verwunderlich, dass vieles, was von der *Ersten Woche* ausgesagt werden kann, so oder in leicht abgewandelter Form auch für die anderen Wochen der Exerzitien zutrifft. Schließlich ist die *Erste Woche* Teil des großen Ganzen der Exerzitien. Doch da sie auch unabhängig von den folgenden Wochen gegeben werden kann, ist es notwendig, ihre Merkmale auch hier noch einmal ausdrücklich herauszustellen.

⁴ Dies zeigt sich in dem *Gespräch mit dem Gekreuzigten* (EB 53), dem „staunenden Ausruf“ (60) und dem *Barmherzigkeitsgespräch* (61), den dreifachen *Colloquien* (63 u. 64) und dem *Gespräch mit Christus*, der den Exerzitanten bisher vor der Hölle bewahrt hat und ihm „bis jetzt immer soviel Freundlichkeit und Barmherzigkeit“ (71) gezeigt hat.

⁵ Entsprechend sieht es auch das *Direktorium* von Polanco (1573–1575); vgl. MHSI 76, MI Dir, 298.

⁶ Vgl. H. Rahner, *Ignatius von Loyola als Mensch und Theologe*. Freiburg 1964, 275.

⁷ Vgl. H. Coathalem, *Commentaire du livre des Exercices*. Paris 1965, 100, u. E. Kunz, „Bewegt von Gottes Liebe“. *Theologische Aspekte der ignatianischen Exerzitien und Merkmale jesuitischer Vorgehensweise*, in: M. Sievernich/G. Switek (Hrsg.), *Ignatianisch*. Freiburg 1990, 83.

Strukturelle Merkmale

Ein Grundcharakteristikum der *Ersten Woche* und der Exerzitien überhaupt ist das Prinzip der Anleitung. Der Exerzitant wird nicht sich selbst überlassen, sondern vom Begleiter an verschiedene Übungen und bestimmte Verhaltensweisen herangeführt. Ignatius überlässt in der Struktur der Übungen und im Gesamtablauf seiner Exerzitien nichts dem Zufall. Präzise Vorgaben, Anleitungen, Anmerkungen und Zusätze sind für die Exerzitien typisch. Sie dienen einer möglichst großen Intensität des inneren Erlebens und wollen durch ihren wegweisenden Charakter zugleich den inneren Raum der Freiheit eröffnen. Wie in einem Spiel erst die Regeln die Umstände schaffen, in denen Kreativität und Freude entstehen, so ermöglicht die klare Rahmung der Übungen gerade deren individuelle Ausgestaltung. Dabei werden dem Exerzitanten nicht nur Übungen vorgelegt, sondern er wird in diesem Prozess auch begleitet. „Der, der die Übungen gibt“ leitet ihn im rechten Maße an (*EB* 2 u. 15), achtet darauf, dass innere Regungen stattfinden (6), hilft ihm bei der Unterscheidung der Geister (8–10), tröstet und ermutigt ihn gegebenenfalls (7), hält ihn von zu schnellen Versprechungen zurück (14), erkundigt sich nach dem inneren Befinden des Exerzitanten und gestaltet den Verlauf der Exerzitien entsprechend (17). Aufmerksame Begleitung ist damit ein weiteres zentrales Charakteristikum der Exerzitien.

Hiermit verbindet sich das Prinzip der Anpassung an den Einzelnen. Dies wird bereits in *EB* 18 und 19 deutlich. Dort unterscheidet Ignatius je nach Eignung der Exerzitanten vier verschiedene Weisen, die Geistlichen Übungen zu geben. Auch innerhalb der Exerzitien kommt es darauf an, je nach Situation den Verlauf an den Exerzitanten anzupassen. Denn so klar die Exerzitien strukturiert sind, so sensibel wollen sie auf die individuelle Eigenart des Exerzitanten und seines persönlichen einmaligen Gebetsweges eingehen. Die Aufmerksamkeit für den individuellen Weg des Einzelnen geht daher mit einem hohen Respekt vor der persönlichen Freiheit des Exerzitanten einher. In den Gesprächen ist es wichtig, dass der Begleiter erfährt, wie es dem Exerzitanten bei den Übungen ergibt, doch „ohne dass er die eigenen Gedanken oder Sünden dessen erfragen oder wissen will“ (17). Die Privatsphäre wird gewahrt. Es geht auch nicht um Indoktrination oder eine Beeinflussung der Entscheidungen des Exerzitanten, sondern der, „der die Übungen gibt, soll sich … weder zu der einen Seite wenden oder hinneigen noch zu der anderen, sondern in der Mitte stehend wie eine Waage“ sein (15). Im Sinne des Exerzitienbuches ist die Rolle des Begleiters die, dem Exerzitanten zu einem Akt wahrer Freiheit vor Gott zu verhelfen.

Typisch für die *Erste Woche* und die Exerzitien überhaupt ist, dass der Exerzitant auf einen inneren Weg geleitet wird. Es gibt eine klare Tagesstruktur und eine fein abgestimmte Wochenabfolge. Dieser strukturierte Übungsweg hat eine mystagogische Funktion. Er führt in das Geheimnis Gottes ein und lässt gleich-

zeitig den Exerzitanten sich selbst, die Welt und die Bedeutung seines Lebens entdecken. In diesem Sinne bieten die Exerzitien eine methodische Schule des Gebetes und einen gestalteten Weg der Einkehr. Der Exerzitienprozess der *Ersten Woche* verläuft dabei jedoch nicht rein linear. Vielmehr wird der Exerzitant durch wiederkehrende Elemente zu einer Vertiefung des nach und nach Errungenen und immer wieder zu Erringenden geführt. Dieser integrative, auf Wiederholung und Vertiefung setzende Prozess zeigt sich u.a. in der Grundstruktur einer jeden Übung. Sie beginnen alle mit dem Vorbereitungsgebet, das „ohne Änderung“ (49) immer dasselbe bleibt: „Gott unseren Herrn um Gnade bitten, damit alle meine Absichten, Handlungen und Betätigungen rein auf Dienst und Lobpreis seiner göttlichen Majestät hingeordnet seien“ (46). Damit steht jede Übung im Licht der schon im *Prinzip und Fundament* (23) formulierten Grundausrichtung der Exerzitien. Innerhalb der Übungen setzt die Bitte „um das ..., was ich will und wünsche“ (48) die auf Verinnerlichung achtende Dynamik der Exerzitien fort. Sie greift immer eine spezifische Gnade heraus, die der zentralen Zielgnade der jeweiligen Woche entspricht (in der *Ersten Woche* sind das Reue und Umkehr). Ein weiteres, immer wiederkehrendes Element stellt das Gespräch dar. Es wird in jeder Übung geführt und übt von Anfang an Begegnung, Kommunikation und persönliche Beziehung ein. Schließlich ist das abschließende *Vaterunser* zu nennen. Es lenkt am Ende jeder Übung immer wieder die Aufmerksamkeit auf die wesentlichen Elemente. Damit erhält jede Übung durch das Vorbereitungsgebet zu Beginn und das Vaterunser zum Abschluss eine vollkommene Rahmung, in der jeweils deutlich wird, worum es in allem geht: „Dein Name werde geheiligt.“ Durch die Verbindung von Fortschreiten und zugleich vertiefender Wiederholung, nicht zuletzt durch die ausdrücklichen Wiederholungsbetrachtungen (62–64), führt der Exerzitienprozess so zu einer Verinnerlichung und Integration des in den Exerzitien Angestrebten, wobei zugleich immer Neues geboten wird. Es wird Reifung angezielt und dazu auch die dafür notwendige Zeit gewährt.

Ein weiteres Grundcharakteristikum der Pädagogik der *Ersten Woche* stellt die Ausrichtung auf innere Erfahrung dar. Es geht nicht primär um Wissensvermittlung oder Katechese: „Nicht das viele Wissen sättigt und befriedigt die Seele, sondern das Innerlich-die-Dinge-Verspüren-und-Schmecken.“ (2). Die Exerzitien zielen darauf ab, innere geistliche Erfahrungen zu machen. Das *Sentir*, das innere Gespür, steht im Mittelpunkt der Aufmerksamkeit. Man soll das Spiel der inneren Bewegungen wahrnehmen, deuten lernen und darüber mit Gott in Kontakt und ins Gespräch kommen.

Anthropologische und theologische Merkmale

Neben diesen eher strukturellen Grundmerkmalen der *Ersten Woche* finden sich ebenso bestimmte anthropologische und theologische Überzeugungen. So ist für Ignatius der ganze Mensch mit allen leiblich-seelischen Dimensionen sensibel für die Begegnung mit Gott. Das innere Gespür ist wesentlicher Bestandteil der menschlichen Konstitution. Diese geistliche Sensibilität bringt zum Ausdruck, dass der Mensch in seiner Gesamtheit, und zwar in allen ihren Facetten – mit seiner Sinnlichkeit wie mit Gedächtnis, Verstand und Willen – für die göttliche Wirklichkeit offen ist. Dementsprechend werden in den Übungen Gedächtnis, Verstand und Wille genauso mobilisiert wie die Sinne, das Vorstellungsvermögen und der Leib. Da der ganze Mensch für die geistliche Wirklichkeit sensibel ist, ist das Exerzitienbuch bemüht, mit seinen Methoden, Übungen und Anweisungen den ganzen Menschen einzubeziehen. Entsprechend setzt die *Erste Woche* auf die Anregung der Eigenaktivität des Exerzitanten. Es geht nicht um passive Rezeptivität, sondern um aktive Disposition für das reine Geschenk der Gnade: Der Exerzitant muss sich den Übungen stellen (*EB* 1) und sie durchhalten (12). Er soll den Stoff der Übungen selbst durchdringen (2), bitten (48), sich Dinge vorstellen (47) und mit Gott ins Gespräch kommen (53. 61 u. 71). Ignatius' Betonung der Eigenaktivität gründet letztlich auf der Überzeugung, dass es darauf ankommt „unmittelbar den Schöpfer mit dem Geschöpf wirken (zu) lassen und das Geschöpf mit seinem Schöpfer und Herrn“ (15). Mit dem Akzent auf der Eigenaktivität ist auch ein Vertrauen ausgedrückt, dass der Exerzitant seine eigene Freiheit zum Guten gebrauchen wird. Ignatius ist sich der Möglichkeit des Missbrauchs der Freiheit voll bewusst, und die *Erste Woche* betrachtet dies eingehend (45–61), doch Ignatius ist überzeugt, dass dem Menschen „immer ausreichende Gnade“ für den rechten Gebrauch seiner „natürlichen Fähigkeiten“ (320) gegeben ist. Bei allem Ernst der Sünde und bei aller Möglichkeit, sich Gott zu verweigern, ist das Exerzitienbuch von einem Grundoptimismus getragen. Der Exerzitant soll nicht bevormundet (22), sondern in wahre Freiheit geführt werden.

In den Exerzitien geht es nicht um ein „Wissen über“, sondern darum, jemanden kennen zu lernen: „Christus unseren Herrn“, in dem sich die Barmherzigkeit Gottes offenbart. Kennen lernen meint hier nicht „kennen“ im Sinne von „wissen um“, sondern von „bekannt sein mit“. Dazu führt die *Erste Woche* zu vielfältigen Begegnungen. Hier sind vor allem die Gespräche zu nennen: mit dem Gekreuzigten (*Erste Übung*), mit „Gott unserem Herrn“ (*Zweite Übung*), mit dem Sohn Mariens und des Vaters (*Dritte und Vierte Übung*) und mit „Christus unserem Herrn“ (*Fünfte Übung*). Was in der *Ersten Woche* beginnt, wird in der *Zweiten* mit den Leben-Jesu-Betrachtungen fortgesetzt. Das Exerzitienbuch geht dabei davon aus, dass ein „unmittelbares“ (15) Wirken zwischen

Gott und Geschöpf möglich ist. So wichtig Ignatius die kirchliche Hierarchie und ihre Mittlerrolle sind, so klar ist bei ihm die Betonung der Möglichkeit eines direkten Wirkens zwischen Gott und dem einzelnen Menschen. Ferner ist er überzeugt, dass Gott „ohne Ursache“, d.h. „ohne jedes Verspüren oder Erkennen irgendeines Gegenstandes“ (330), auf den Menschen einwirken, ihm Trost schenken und damit unabhängig von innerweltlicher Vermittlung mit dem Menschen in Kontakt treten kann.

Für die Exerzitiendynamik ist darüber hinaus die Einsicht grundlegend, dass der Exerzitant verschiedenen Einflüssen unterliegt, die nicht auf ihn selbst zurückgehen: guten, die zu Gott hinführen, und schlechten, die ihn von diesem Weg abhalten wollen. Dementsprechend unterscheidet das Exerzitienbuch zwischen den Gedanken und Gefühlen, die im Menschen durch sein eigenes Wirken entstehen, und den Einflüssen des so genannten „guten Geistes“ und des „bösen Geistes“ (32). Der Mensch ist Kampfplatz verschiedener Einflüsse. Daher ist die Lehre von der *Unterscheidung der Geister* (313–336) zentral. Dank ihrer lernt der Exerzitant mit der Zeit, die Vielfalt der verschiedenen inneren Regungen und das Spiel der Geister zu verstehen.

Zur Unterscheidung der Geister formuliert Ignatius konkrete und praktische „Regeln, um irgendwie die verschiedenen Regungen zu verspüren und zu erkennen, die in der Seele verursacht werden, die guten, um sie anzunehmen, und die bösen, um sie abzuweisen“ (313). Die Lehre von der Unterscheidung der Geister bietet durch ihre umfassende Anwendbarkeit und große Interpretationsstärke eine wichtige Hilfe für den Exerzitanten und lenkt den Exerzitienprozess. Im Gegensatz zu den *Regeln der Zweiten Woche* (328–336), die vor allem auf die rechte Wahl des einzuschlagenden Lebensweges ausgerichtet sind und im besonderen die Versuchung durch falschen Trost thematisieren, dienen die *Regeln der Ersten Woche* dazu, entschlossen den Weg der Umkehr einzuschlagen und sich beharrlich neu auf Gott hin auszurichten. Dementsprechend richtet sich die erste Regelreihe vor allem gegen die Versuchung durch Trostlosigkeit und Entmutigung. Die *Erste Woche* lässt so die Kunst der Unterscheidung erlernen, führt in den geistlichen Kampf ein und bereitet damit existentiell die *Bessinnung über zwei Banner* (136–148) vor.

Der Exerzitienprozess lebt von dem damit verbundenen Wechsel von Trost und Trostlosigkeit (6). Die Erfahrung der verschiedenen Regungen der Geister ist entscheidend für den Fortgang der Exerzitien. In diesem Wechselspiel von Trost und Trostlosigkeit wird Gott als der Andere entdeckt, der sich nicht von uns kontrollieren lässt, sondern sich auf seine Weise verhält. Trost und Trostlosigkeit kann der Exerzitant nicht „machen“, er erfährt sie unabhängig von seinem Willen. So erlebt er konkret und fühlbar auch außerhalb der Übungen und ihrer inhaltlichen Vorgaben, dass er von jemand anderem gerettet wird und nicht selbst Urheber seiner Erlösung ist. Dieses Wechselspiel ist nicht erst für den

Wahlprozess der *Zweiten Woche*, sondern bereits in der *Ersten Woche* von Bedeutung, da es darum geht, die rechte Gnade der Umkehr zu erlangen, die sich weder in Banalisierung noch in Verzweiflung und Selbsthass, sondern in Tränen und Dank für die Barmherzigkeit Gottes zeigt.

Christozentrik

Ein zentraler und nicht von der Gestaltung der *Ersten Woche* wegzudenkender Punkt ist ihre christozentrische Konzeption: Der Schöpfer wird Mensch, „um für meine Sünden zu sterben“ (EB 53); die Sünde wird von der Gestalt Christi her verstanden (67 u. 71); als Sohn des Vaters tritt er für den Exerzitanten ein (63f.); und an „Christus unserem Herrn“ entscheidet sich der Weg zwischen Hölle und Gemeinschaft mit Gott (71). Dementsprechend präsentiert die *Erste Woche* eine Vielfalt christologischer Aussagen – Kenosis, Göttlichkeit, Sohn des Vaters, Weltenrichter – und führt den Exerzitanten zu einer intensiven Begegnung mit Christus. Aller Sündenerkenntnis in der *Ersten Woche* geht daher strukturell das rettende Erlösungshandeln Gottes in Christus voraus. Der Exerzitant kann sich nur deswegen auf diesen Weg machen, weil er immer schon von der Barmherzigkeit Gottes getragen ist. Auch auf der Erfahrungsebene begegnet er von Anfang an dem Schöpfer (23), der „gekommen ist, ... für meine Sünden zu sterben“ (53). Gott ist der, der sich in Christus als der erlösende, barmherzige, langmütige und gute Gott zeigt. Nichtsdestoweniger wird die Sünde in ihrer vollen Schwere und Hässlichkeit vor Augen geführt. Ihr Wesen und ihre Konsequenzen werden mit aller Klarheit deutlich gemacht: Wer den „Schöpfer und Herrn“ zurückweist, wird „mit Recht für immer verurteilt“ (52). Die Engel sind ihrer Sünde wegen „aus dem Himmel zur Hölle gestoßen“ worden (50). Adam und Eva haben ihretwegen das Elend der Vertreibung aus dem Paradies auf das ganze Menschengeschlecht gebracht (51). Wer die sich in Christus zeigende „unendliche Güte“ (52) abweist, der stößt sich selbst in die Hölle (71). Die Sünde ist etwas Gravierendes und vollkommen Ernstes.

Die *Erste Woche* betont dabei das Tätersein des Exerzitanten. Er hat gesündigt. Er hat sich in Freiheit gegen Gott erhoben. Dass der Exerzitant selber Opfer der Schuld anderer ist, wird zwar durch die Geschichte der Sünde in der *Ersten Übung* angedeutet, doch es kommt zu keiner Betrachtung der Verletzungen, Verwundungen, Enttäuschungen oder Missbräuche durch andere. Es geht nicht darum, die eigenen Wunden zu betrachten oder dort Heilung zu erfahren, wie es in heutigen Exerzitieninterpretationen häufig im Vordergrund steht, sondern die Schwere der eigenen sündigen Taten, die im eigentlichen Sinne Gott gelten, zu erkennen – und gleichzeitig die noch größere Barmherzigkeit Gottes zu erfahren. So ergibt sich ein Dreischritt, der durch die liebende Gegenwart des er-

lösenden Schöpfers möglich gemacht wird: Zunächst soll der Exerzitant seine Unordnung erkennen und anerkennen, daraufhin Abscheu davor empfinden und schließlich – sich Besserung vornehmend – die Sünde definitiv von sich weisen. All dies mündet schließlich in Dank für „soviel Freundlichkeit und Barmherzigkeit“ (71).

Damit ist ein letztes Charakteristikum der *Ersten Woche* erreicht. Ihm liegt die Erkenntnis zu Grunde, dass das verständnislose Fragen (53), das fassungslose Staunen (60) und der Dank angesichts der Barmherzigkeit, Langmut und Freundlichkeit Gottes (61 u. 71) desto größer werden, je tiefer die eigene Sündigkeit erfahren wird. Der Exerzitant begegnet nicht zufällig gleich in der *Ersten Übung* dem Gekreuzigten, denn er ist der Inbegriff der Schrecklichkeit der Sünde und zugleich der der rettenden Liebe Gottes. Je mehr sich der Exerzitant auf das Geheimnis Christi des Gekreuzigten einlässt, desto mehr gelangt er zu dem, worauf die *Erste Woche* abzielt: zu der aus Dankbarkeit und Reue erwachsenden Abkehr von der Sünde, die den Exerzitanten bereit und willens macht, sich in die Nachfolge Christi zu stellen.

3 Konkrete Gestaltungselemente

Nach dieser Übersicht über die Grundmerkmale der *Ersten Woche* ist es ebenfalls lohnenswert, sich die einzelnen Methoden und spezifischen Anleitungen vor Augen zu führen, die Ignatius in der *Ersten Woche* nutzt, um den Exerzitanten auf dem Weg der Öffnung für die Barmherzigkeit Gottes und der Abkehr von der Sünde voranzubringen.

Zeit und Ablauf

Ein erster Bereich von Gestaltungselementen umfasst die Strukturierung von Zeit und Ablauf der Exerzitien: Besondere Aufmerksamkeit widmet Ignatius der Vorbereitung der Übungen und gibt hierzu viele Hinweise: Der Inhalt der Übungen soll so kurz und präzise erklärt werden, dass der Exerzitant sich zurechtfindet und gleichzeitig nicht in der Entfaltung seiner persönlichen Betrachtung eingeschränkt wird (*EB* 2). Zur Erhöhung der Intensität soll sich der Exerzitant immer nur die Übung vornehmen, die er als nächste angehen will. Um eine möglichst tiefen Aneignung des zu betrachtenden Stoffes für den nächsten Morgen zu erreichen, ist vor dem Einschlafen der Stoff der nächsten Übung zu vergegenwärtigen (73). In den Zeiten zwischen den Übungen soll der Exerzitant zudem darauf achten, mit seinen Gedanken und seiner Phantasie von den Themen und Zielen der *Ersten Woche* nicht abzuschweifen, und sich hierzu mit passenden

Vorstellungsbildern beschäftigen.⁸ Desgleichen soll er „nicht an Dinge von Gefallen und Fröhlichkeit denken wollen“ (78) und alles Lachen vermeiden (80). Für die rechte Einstellung wird auch der Ort gestaltet: So ist er während der *Ersten Woche* zu verdunkeln (79), und am Platz des Gebetes soll der Exerzitant sich durch Gebetsgesten und Körperhaltung einstimmen (75). All das soll ihm helfen, sich auf den Exerzitienprozess zu konzentrieren und sich ihm ganz auszusetzen.

Wie der Vorbereitung der Gebetszeiten und der Gestaltung der Zeiten außerhalb der Übungen große Aufmerksamkeit geschenkt wird, so legt Ignatius auch Wert auf die Auswertung der Übungen und der Erlebnisse des Tages. Dies geschieht zum einen in der *Besonderen und Allgemeinen Erforschung* (24–43) sowie im Rückblick nach einer jeden Übung (77).⁹ Reflexion und Examen führen zu einer Vertiefung der Sensibilität für die eigenen inneren Regungen und die Präsenz Gottes während des Tages. Zudem lassen sie aus der Vergangenheit lernen: Die Examen zielen Besserung an, die Reflexion vermehrt die Früchte der Übungen, indem sie sie ins Bewusstsein holt. Ferner vermitteln die Rückblicke, dass sowohl die Gebetszeit als auch die normale Tageszeit Momente des Heiles sind und sich dort Heilsgeschichte ereignet: Zeit, in der Gott wirkt und in der der Mensch sich ihm in Freiheit zuwendet. So führen sie in die beständige „Wachheit des Herzens“ ein und sensibilisieren für die Führung durch den Geist.

Des Weiteren ist die Wiederholung ein wichtiges Element der Exerzitienpädagogik (EB 62–64). So leitet Ignatius in der *Dritten Übung* dazu an, „die erste und zweite Übung zu wiederholen, indem ich auf die Punkte merke und bei ihnen innehalte, wo ich größere Tröstung oder Trostlosigkeit oder größeres geistliches Verspüren erfahren habe.“ (62). Die *Vierte Übung* ist dann „das Zusammenfassen dieser selben Dritten“ (64). In den Wiederholungen und Zusammenfassungen werden Schlüsselemente erneut vorgenommen und so tiefer erlebt und verinnerlicht (63f.). Dem Exerzitanten wird auf diese Weise Raum gegeben, genauer und ausführlicher dem nachzugehen, was Gott in ihm anstößt, und mit seinem Herzen darauf zu antworten (3). Ganz in diesem Sinne ist auch seine Aufforderung zu verstehen, dass der Exerzitant, wenn er im Gebet gefunden hat, wonach er sucht, dabei „ruhig“ verweile, „ohne ängstliche Sorge zu haben, weiterzugehen, bis (er) befriedigt“ ist (76). Die *Erste Woche* und ihre Folgewochen zielen damit eine Vertiefung der inneren Erfahrungen an, die zur

⁸ Der Exerzitientext fordert den Exerzitanten auf, sich in mittelalterlicher Bildwelt als beschämter Ritter vor seinem König zu sehen oder sich vorzustellen, in Ketten gefesselt vor dem ewigen Richter zu erscheinen (EB 74).

⁹ In den *Erforschungen* wird auf den Halbtag zurückgeblickt: Es wird gedankt für das, was Gott geschenkt hat (EB 43). Dann wird, um sich zu bessern und sich jeweils mehr auf Gott auszurichten (25 u. 43), der Tag auf Sünden und Unzulänglichkeiten hin untersucht (26 u. 43). Der Rückblick am Ende jeder Übung hingegen lenkt die Aufmerksamkeit darauf, „wie es mir in der Betrachtung oder Besinnung gegangen ist“ (77). Dabei wird auch auf die Ursachen des Übungsverlaufs geschaut: Was sich bewährt hat, soll beibehalten werden, Schlechtes bereut und Nicht-Bewährtes verbessert werden.

Umkehr und später zur Nachfolge führen.¹⁰ Aus diesem iterativen, vertiefenden Vorgehen ergibt sich daher für die ganzen Exerzitien – und so auch für die *Erste Woche* – ein spiralförmiger, integrativer Prozess.

Einbindung des ganzen Menschen

Eine zweite Gruppe von Gestaltungselementen der *Ersten Woche* zielt auf die Einbindung des ganzen Menschen. Sich die zu betrachtenden Geschichten mit seiner Phantasie vor Augen zu stellen, ist ein grundlegendes Element der Gebetsmethode der Exerzitien. So kommt in den Exerzitien dem Gebrauch der Vorstellungskraft eine wichtige Rolle zu. Jede Übung lebt von ihr (*EB* 47. 53. 58. 65–70 etc.). Zu Beginn jeder Besinnung oder Betrachtung steht die typische Bereitung des Schauplatzes, in der „Sichtbares“ im „körperlichen Raum“ vorgestellt wird oder „Unsichtbares“ – wie z.B. die Sünde – durch Analogien und Versinnbildlichungen repräsentiert wird (47). Das Sich-Vorstellen dient dazu, das zu Betrachtende so leibhaftig wie möglich erleben zu lassen.

Hinzutritt, dass alle Übungen auf die Bewegung der *voluntas*, des Willens, der in mittelalterlicher Sicht auch Sitz der Emotion und der Affektivität war, abziehen.¹¹ Dahinter steht Ignatius' Grundeinsicht, dass nicht so sehr der abstrakte Gedanke, sondern vielmehr das emotional Erlebte motivieren und das Leben verändern kann. Doch nicht nur die Innerlichkeit des Menschen wird aktiviert. Auch der ganze Körper wird in den Exerzitienprozess einbezogen: Die Blicke sind zu zügeln, um Ablenkung zu vermeiden (81). Bestimmte Gesten bereiten das Gebet vor (75) und die verschiedensten Körperhaltungen können eingenommen werden, je nachdem, was mehr hilft zu finden, was der Exerzitant sucht (76). Hier ist auch die „Buße“ (82) zu nennen, auf die Ignatius detailliert eingehet.¹² Für Ignatius ist der Mensch nicht nur Geist, sondern eine Einheit von Leib und Seele, die als ganze gerufen ist, sich in den Dienst Christi zu stellen.

10 Auch die *Zweite bis Vierte Woche* sind durch diese täglichen Wiederholungsbetrachtungen geprägt; vgl. *EB* 118–120. 129. 132 etc.

11 Die Bitten um Gnade machen dies besonders deutlich: Gebeten wird um „Beschämung“ (*EB* 48), um „Schmerz und Tränen über meine Sünden“ (55), um „Abscheu“ (63). Zugleich wird durch entsprechende Erwägung der eigenen Sündhaftigkeit und Kleinheit die Größe der Barmherzigkeit Gottes „staunend“ erfahren (56–60), und Dankbarkeit steigt auf (61 u. 71). Ignatius geht es wiederum nicht um das „Vielwissen“, sondern um das „Innerlich-die-Dinge-Verspüren-und-Schmecken“ (2).

12 Die Bußanleitung geht auf Ignatius' eigene Erfahrungen in seiner Pilgerzeit zurück. Die „äußere Buße“ bezieht sich auf die leibliche Dimension und erstreckt sich auf das Essen, das Schlafen und die Züchtigung des Fleisches (*EB* 83–85). Sie dient der „Genugtuung für vergangene Sünden“, „um über sich selbst zu siegen, nämlich damit die Sinnlichkeit der Vernunft gehorche“, oder „um irgendeine Gnade oder Gabe zu suchen und zu finden, die der Betreffende will und wünscht“ (87). „Innere Buße“ ist es hingegen, „Schmerz über seine Sünden zu empfinden, mit dem festen Vorsatz, weder jene noch irgendwelche anderen zu begehen“ (82). Die Buße ist damit nie Selbstzweck, sondern steht im Dienst des angestrebten Ziels der *Ersten Woche*. Sie dient dazu, den Exerzitanten je mehr zu disponieren und ihn empfänglicher für das Wirken Gottes zu machen.

Wahl des Stoffes

Eine dritte Gruppe von Gestaltungsmerkmalen betrifft die Wahl und Aufbereitung des zu betrachtenden Stoffes. Ignatius gibt nicht vor, alles neu erfinden zu wollen. So sehr er in den einzelnen Übungen konkrete Anweisungen und Themen benennt, so wenig erhebt er Anspruch auf Originalität. Bewusster Rückgriff auf Bekanntes zeichnet ihn aus. Hier sind zunächst die Themen vom Engelsgfall und der Genesis zu nennen, die den damaligen Exerzitanten geläufig waren. Auch die klassischen Gottesattribute – Weisheit, Allmacht, Gerechtigkeit und Güte (*EB* 59) – waren keine Neuheiten. Ebenso waren das Endgericht und die Höllenvorstellung gängige Motive seiner Zeit und finden sich heute noch in den Tympana nahezu jeder gotischen Kathedrale. Hier sind gleichfalls die klassischen Gebete – das *Vaterunser* (am Ende jeder Übung), das *Ave Maria* (63) und das *Anima Christi* (63) – zu nennen.¹³ So sehr die Details der Geheimnisse des Lebens Jesu die Exerzitiendynamik der *Zweiten* bis *Vierten Woche* leiten und den Ruf „Christi unseres Herrn“ dem Exerzitanten vermitteln, so sehr treten die Einzelheiten der Evangelien in der *Ersten Woche* in den Hintergrund. Ignatius beruft sich vielmehr auf die Grundpfeiler der Offenbarung, die zum Allgemeingut des christlichen Wissens gehören: einerseits die eigene Erlösungsbedürftigkeit und die Gefahr der drohenden Hölle, andererseits der „für meine Sünden“ (53) Mensch gewordene und gekreuzigte Christus, in dem sich die Barmherzigkeit, Freundlichkeit, Langmut und Güte Gottes zeigen. Um den Umkehrprozess einzuleiten, reicht die christliche Grundbotschaft, die ohne große Ausführungen auskommt. Damit bauen die Exerzitien auf dem vorhandenen katechetischen Wissen des Exerzitanten auf – ohne es dabei belassen zu wollen – und binden bewusst das klassische, bekannte Gut der Kirche in den Exerzitienprozess ein.

Der Rückgriff auf Bekanntes geschieht jedoch nicht nur im Bereich der christlichen Praxis und Lehre. Ignatius nimmt auch auf die Lebenswelt Bezug, die dem Exerzitanten damals geläufig war. So wählt er Beispiele aus der Natur („Tal“, „wilde Tiere“, „Geschwür“ [47 u. 58]) und stellt den ganzen erlebbaren Kosmos vor Augen (60).¹⁴ Ignatius nutzt ferner Vergleiche aus der damaligen Gesellschaft und ihrem kulturellen Gedächtnis. Vor allem das Rittertum und das Lehnswesen dienen zur Illustrierung des Verhältnisses von Mensch und Gott (74). Die Darstellung des himmlischen Hofes und die Struktur der Fürsprache – die Fürsprache der Heiligen und Engel (60) und die aufsteigende Fürbitte von Maria

13 Auch die *Erste Weise zu beten* (*EB* 238–248) und die Anweisungen zur Anpassung der Exerzitien in 18 und 19 greifen eindeutig auf Allgemeingut zurück: die Zehn Gebote, das *Vaterunser*, das *Ave Maria* sowie auf gängige mnemotechnische Aufzählungen des Mittelalters, etwa die sieben Todsünden, die sieben Tugenden, die Werke der Barmherzigkeit, die Kirchengebote, die fünf Sinne, die drei Seelenfähigkeiten.

14 Das hier auch auf Psalmenzitate angespielt wird, widerspricht dem nicht.

über den Sohn zum Vater (63) – sind in Analogie zum höfischen Leben entworfen.¹⁵ Auch Bilder aus der Rechtsprechung nimmt er auf: „Dass ich wie mit Ketten gefesselt gehe, um vor dem höchsten, ewigen Richter zu erscheinen, indem ich als Beispiel heranziehe, wie die Eingekerkerten und in Ketten Gelegten, bereits des Todes würdig, vor ihrem zeitlichen Richter erscheinen.“ Mit alldem greift Ignatius bewusst auf die fromme wie weltliche Lebenserfahrung des Exerzitanten zurück und nutzt sie für den Exerzitienprozess.

Darstellung des Stoffes

Eine vierte Gruppe von Gestaltungselementen betrifft die Art der Darstellung des zu betrachtenden Stoffes. Ein Charakteristikum der Pädagogik der Exerzitien ist die kontrapunktische Gegenüberstellung des Einzelnen (des Exerzitanten) und des Kollektiven, Umfassenden oder Universalen: Im *Fundament* steht „der Mensch“ inmitten der „übrigen Dinge auf dem Angesicht der Erde“ (EB 23). In der *Ersten Übung* stehe „ich“ mit „meinen Sünden“ vor dem Horizont der kosmischen Unheilsgeschichte (50–52). In der *Zweiten Übung* befindet sich im stauenden Ausruf das „Ich“ dem ganzen Kosmos gegenüber (60), und die *Fünfte Übung* konfrontiert den einzelnen Exerzitanten mit der Fülle derer, die in der Hölle sind (71). In dieser Konfrontation von Ich und Gesamtgeschichte sowie von Ich und Kosmos klingt an, was in der *Zweiten Woche* noch ausführlicher thematisiert werden wird: Der Exerzitant steht als Einzelner im Blickpunkt, ist jedoch nicht vereinzelt. Er ist Teil eines größeren Ganzen und steht mit diesem in einer Wechselbeziehung. Das daraus später, d.h. ab der *Zweiten Woche*, eine Berufung zur Sendung in die Welt in der Nachfolge Christi werden kann, wird in der *Ersten Woche* zwar noch nicht gesagt, ist aber – wenngleich unter negativem Vorzeichen – dort schon angelegt. Bereits die *Erste Woche* sensibilisiert den Übenden für das Gesamt der Heilsgeschichte und die Bedeutung des persönlichen Engagements für die Mitwirkung an der Rettung der Welt (95).¹⁶

Ein weiteres Gestaltungselement ist der Vergleich. Dieser findet sich in den Übungen der *Ersten Woche* in verschiedenen Varianten. Bereits am Anfang der *Ersten Übung* in der Bitte um Gnade kommt er zum Einsatz in Form eines *A-fortiori*-Argumentes: Wenn schon andere für Geringeres in die Hölle gekommen

¹⁵ Die höfisch-feudale Bildwelt zeigt sich auch an anderer Stelle, etwa in der Parallelisierung von irdischem Hof und „himmlischem Hof“ (vgl. EB 98, 151, 232), irdischem und himmlischem König (91–98), irdischem und himmlischem Hauptmann (*Besinnung über zwei Banner*, 136–147); vgl. R. García Mateo, *El mundo caballeresco de Ignacio de Loyola*, in: *Archivum Historicum Societatis Iesu* 60 (1991), 23.

¹⁶ Der Wechsel vom Allgemeinen zum Besonderen und umgekehrt weckt im Exerzitanten die Sicht für das Ganze und die Bereitschaft, Verantwortung in dieser Welt zu übernehmen. Die Sendung in die Welt (universal) ist möglich, weil der Exerzitant eine persönliche Beziehung zu Christus aufgebaut hat (partikular). Dieser Sendung in die Welt entspricht für den Einzelnen eine spezifische Berufung (partikular), die wiederum möglich ist, weil der Christ von universaler Bedeutung ist.

sind, um wie viel mehr habe ich es verdient (48). Der *Dritte Punkt der Ersten Übung* greift diese Dynamik auf. Dort heißt es, dass „zahllos viele andere (in der Hölle sind) wegen weniger Sünden, als ich getan habe“ (EB 52). Der Vergleich *a fortiori* ist dabei für Ignatius ein zentrales Hilfsmittel, die Zielgnade der *Ersten* und *Zweiten Übung* zu erlangen (vgl. auch 53. 58. 59 u. 60).¹⁷

Das *colloquium*, das gestaltete *Gespräch*, ist schließlich der Ziel- und Höhepunkt einer jeden Übung. Dieses Gespräch soll geführt werden, „so wie ein Freund zu einem anderen spricht oder ein Knecht zu seinem Herrn, indem man bald um irgendeine Gnade bittet, bald sich wegen einer schlechten Tat anklagt, bald seine Dinge mitteilt und in ihnen Rat will“ (54).¹⁸ In diesen Gesprächen fließen all die verschiedenen Elemente, Themen und inneren Bewegungen der augenblicklichen Übung zusammen. Die aktivierte Vorstellungskraft, der durch die vorangehenden Überlegungen sensibilisierte Verstand und der von den inneren Erkenntnissen bewegte Wille finden hier ihren letzten Zielpunkt und ihre intensivste Ausdrucksform. Vorbereitet durch den Verlauf der Übung kann auf diese Weise eine authentische Begegnung mit Gott im Gebet stattfinden. Der Mensch tritt so in der *Ersten Woche* immer wieder bewusst vor seinen Gott. Mit der ihm angebotenen Sprache wird er in den Übungen langsam aus seiner Sprachlosigkeit befreit und wendet sich reuig und tastend dem zu, der sich ihm in Christus schon immer zugewandt hat. Die Gespräche am Ende einer jeden Übung machen deutlich, was jede Übung als ganze sein sollte: persönliche, individuelle Begegnung mit Gott. Gott ist für Ignatius kein abstrakter, sondern wesentlich ein personaler Gott, der sich dem Menschen im Angesicht Christi als Vater des Sohnes zeigt. Daher ist die persönliche Begegnung mit ihm im Gespräch zentral. Das *colloquium* stellt damit nicht nur ein methodisches Gestaltungselement dar, sondern ist als solches Ausdruck des Verhältnisses zwischen Gott und Mensch. Gott spricht den Menschen individuell und persönlich an und der Mensch ist gerufen – und deshalb in der Lage, auf diesen Anruf individuell und persönlich zu antworten.¹⁹

17 Vgl. B. Pottier, *Premier exercice. La méditation du triple péché* (45–54), in: A. Chapelle u.a., *Les Exercices Spirituels d'Ignace de Loyola. Un commentaire littéral et théologique*. Bruxelles 1990, 90f.

18 In der *Ersten Übung* ist der Exerzitant aufgerufen, mit dem gekreuzigten Christus zu sprechen, der zugleich Ausdruck der Wirkung der Sünde und Inbegriff der Barmherzigkeit Gottes ist (EB 53). In der *Zweiten Übung* soll der Exerzitant mit „Gott unserem Herrn“ ein „Gespräch der Barmherzigkeit“ (60f.) führen und ihm für die bisherige Verschonung seines Lebens danken. Die *Dritte* und *Vierte Übung* leiten ihn zu einem dreifachen Gespräch mit Maria, dem „Sohn“ und dem „Vater“ an. Dabei ist besonders um die Gnaden der Umkehr, Erkenntnis der eigenen Sünden und Abscheu vor ihnen, sowie um den Willen zur Besserung zu beten. Die *Fünfte Übung* endet mit einem Gespräch mit „Christus unseren Herrn“, dem der Exerzitant für „soviel Freundlichkeit und Barmherzigkeit“ (71) und die Chance der Umkehr dankt.

19 Alle Besinnungen und Betrachtungen laufen deshalb auf diesen Moment des Gebetes zu (EB 45. 65. 101. 190. 246). Dies gilt für die erste wie für alle vier Wochen der Exerzitien.

4 Einheit von Theologie und Pädagogik

Angesichts dieser Analysen wird deutlich, dass die der *Ersten Woche* innewohnende Theologie und deren pädagogische Umsetzung zwar voneinander unterschieden werden können, sie sich jedoch zutiefst durchdringen. Die *Erste Woche* und die Exerzitien als ganze sind ein *mystagogischer Weg*. Sie wollen erlebbar und spürbar in die göttlichen Geheimnisse einführen und zur Begegnung mit Christus anleiten. Daher stehen nicht ein „Wissen-um“, sondern ein „Innerlich-Verspüren-und-Verkosten“ und ein „Bekannt-werden-mit“ im Mittelpunkt. Die ignatianischen Exerzitien sind ein angeleiter und begleiter Weg, der dem Exerzitanten erfahrbar machen will, dass es möglich ist, „unmittelbar den Schöpfer mit dem Geschöpf wirken (zu) lassen und das Geschöpf mit seinem Schöpfer und Herrn“ (EB 15).

Alles läuft in der *Ersten Woche* darauf hin, den Austausch und die Beziehung zwischen Gott und dem Exerzitanten zu ermöglichen. Damit steht das Gespräch nicht zufällig am Zielpunkt nahezu aller Übungen. Der Exerzitant wird im Laufe der Exerzitien immer weiter zu diesem gegenseitigen Austausch hingeführt und befähigt. Aus der Isolation „in diesem Tal wie verbannt, unter wilden Tieren“ (47) wird der Exerzitant in der *Ersten Woche* durch die fortlaufenden, sich nach und nach entwickelnden Gespräche hinausgeführt in die Begegnung mit Gott und in die Gemeinschaft der Heiligen (60 u. 63). Auch der tägliche Austausch mit dem Begleiter macht dieses dialogische und auf Begegnung ausgerichtete Geschehen für den Exerzitanten erlebbar und öffnet ihn mehr und mehr dafür. Diese Ausrichtung auf Kommunikation, die im *Fundament* und in der *Ersten Woche* grundgelegt wird, gilt für die ganzen vier Wochen. Sie gipfelt am Ende der Exerzitien in der *Betrachtung zur Erlangung der Liebe* – in der „Mitteilung von beiden Seiten“ (231), wo angesichts der „empfangenen Wohltaten von Schöpfung, Erlösung und besonderen Gaben“ (234) der Exerzitant sprechen kann: „Nehmt, Herr, und empfange meine ganze Freiheit ...“ (234).²⁰ Die *Erste Woche* und die Exerzitien als Ganzes wollen den Exerzitanten dahin führen, sich dem barmherzigen und erlösenden Gott zu öffnen und in die in Christus angebotene neue Beziehung einzutreten. Die *Erste Woche* lässt so den Exerzitanten nicht zuletzt zutiefst erfahren und erleben, was Paulus prägnant formuliert hat: „Wo die Sünde mächtig wurde, da ist die Gnade über groß geworden.“ (Röm 5,20).²¹

20 „(In den Exerzitien) geht es im Grund jeweils um zwei Bewegungen: um Gottes Bewegung zum Menschen hin, um des Menschen Bewegung zu Gott hin. Beide Bewegungen laufen nicht getrennt voneinander, sondern vollziehen sich ineinander: Gott bewegt sich zum Menschen hin, indem der Mensch befähigt wird, sich auf Gott hin zu bewegen. Gott schenkt seine Liebe, indem der Mensch befreit wird, Gott zu lieben. Gott handelt und tut alles, indem der Mensch Eigentätigkeit, Eigenverantwortung und Freiheit erhält.“; E. Kunz, „*Bewegt von Gottes Liebe*“ (Anm. 7), 95.

21 In der *Zweiten Woche* setzt sich diese Dynamik fort. Dort ruft und beruft Christus den bekehrten Sünder und bereitet ihn darauf vor, an seinem Heilshandeln in der Welt mitzuwirken. Der sich als begnadet erfahrende Sünder wird so zum Mitarbeiter Christi und für die Verkündigung in Dienst genommen.