

## Thomas Neulinger SJ | Graz

geb. 1963, Dr. theol., Geistlicher- und Exerzitienbegleiter, tätig als Spiritual Im Priesterseminar der Diözesen Graz-Seckau und Gurk

thomas.neulinger@jesuiten.org



# Ignatianische Spiritualität im Web

## Eine Umschau

Die Eingabe des Suchbegriffs „Ignatianische Spiritualität“ ergab bei Google 17.500 Treffer, bei Bing 31.300; ein Wechsel zum englischen Begriff *ignatian spirituality* hatte auf Google 254.000 Treffer zur Folge, auf Bing 264.000.<sup>1</sup> Angesichts dieser Zahlen kann und will dieser Artikel nur auf einige besonders interessante Seiten<sup>2</sup> in deutscher, englischer und (in einem Fall) französischer Sprache hinweisen, die ignatianische Spiritualität in verschiedenartiger Weise zum Thema haben.

## Ignatianische Kurzfilme

Auf *YouTube* sind unzählige Video-Clips unterschiedlichster Art und Qualität zu finden. Die Webseite *Seeing more* ([www.seeingmore.org](http://www.seeingmore.org)) des niederländischen Jesuiten Nikolaas Sintobin präsentiert eine stetig wachsende Zahl von *YouTube*-Kurzfilmen, die einladen, die eigene Innenwelt zu erkunden und zu entdecken.

Die hier zusammengestellten Clips lassen sich nach bestimmten Stichwörtern wie Sehnsucht, Schönheit, Gebet, Hoffnung u.a.m. durchsuchen, sind aber auch der Dynamik der vier Wochen der Exerzitien zugeordnet. Darum gibt es Filme zu *Prinzip und Fundament*, zu *Neigungen*, *Sünde*, *Vergebung*, *Nachfolge Jesu*, *Leiden*, *Auferstehung*, *Gott finden in allen Dingen* usw. Zudem finden sich unter dem Menüpunkt *How* Hinweise zum fruchtbaren Einsatz solcher Clips.<sup>3</sup> Gedacht ist diese Webseite für (Religions-)Lehrer(innen), in der Jugendarbeit Tätige und für alle, die nach dem Sinn des Lebens suchen.

1 Die entsprechenden Abfragen erfolgten am 6. März 2015.

2 Alle hier angeführten Webseiten wurden für diesen Beitrag im Lauf des März 2015 abgerufen.

3 Zu Kurzfilmen und deren methodischen Möglichkeiten s. auch: KatBl 139 (2014) H.1 „Kurzfilme“ (Lit.).

## Kurse

*Online Exerzitien* ([www.heribert-graab.de/online-exerzitien/index.html](http://www.heribert-graab.de/online-exerzitien/index.html)) sind ein Projekt der Deutschen Jesuitenprovinz und werden mehrmals im Jahr zu eigens ausgeschriebenen Terminen angeboten. Sie wenden sich an Menschen, die ausprobieren wollen, wie man mit Gott redet, und dauern jeweils vier Wochen. In dieser Zeit erhalten die Teilnehmer(innen) jeden Morgen per E-Mail einen (kurzen) Impuls für Gebet, Reflexion u.ä. und sind gebeten, am Abend für sich zu notieren, wie es ihnen mit diesem Impuls gegangen ist. Einmal in der Woche schicken die Teilnehmer(innen) ihren Begleiter(innen) per E-Mail eine Art Bericht darüber, wie die Woche für sie war, was ihnen aufgegangen ist, auf welche Fragen sie gestoßen sind usw. Die Begleiter(innen) gehen in ihrer Antwort dann darauf ein und geben so eine persönliche Rückmeldung bzw. Hilfestellung.

Demgegenüber sind die über das Internet angebotenen Exerzitien im Alltag der *Online Seelsorge der Creighton University* (einer Jesuiten-Universität in Nebraska/USA<sup>4</sup>) mit 34 Wochen auf eine deutlich längere Zeit hin angelegt (siehe: [onlineministries.creighton.edu/CollaborativeMinistry/online.html](http://onlineministries.creighton.edu/CollaborativeMinistry/online.html)). Sie werden nicht nur in Englisch, sondern auch in Arabisch, Portugiesisch, Chinesisch, Kiswahili, Schwedisch, Spanisch, Russisch und zeitweise in Japanisch präsentiert. Ein Einstieg ist jederzeit möglich, wobei für jede Woche ein Haupttext mit Zusatzmaterial für Gebet und Reflexion zur Verfügung steht. Optional können die dabei gemachten Erfahrungen mit anderen, die zur gleichen Zeit diese Exerzitien machen, geteilt werden. Die Teilnehmer(innen) werden darüber hinaus dazu ermutigt, sich eine(n) Geistliche(n) Begleiter(in) zu suchen. Neben diesem Kursangebot ist auf dieser Seite aber noch mehr zu finden: Eine Reflexion der liturgischen Schriftlesungen für jeden Tag; wöchentliche Anregungen für das Gebet; Gedanken von Studierenden zu den sonntäglichen Schrifttexten; und auch eine Reihe von Exerzitienvorträgen/-impulsen, die als Audio-Dateien abzurufen sind. Dieses reiche Angebot wird mittlerweile von einer großen Anzahl von Personen genutzt: im Februar 2015 waren es 186.455 Besucher, die die Webseite insgesamt 399.274 mal aufsuchten.<sup>5</sup>

Schließlich ist hier noch kurz auf den in dieser Zeitschrift<sup>6</sup> bereits ausführlich vorgestellten virtuellen *Grundkurs Ignatianische Spiritualität* ([jesuiten.intevo.net/weblearning](http://jesuiten.intevo.net/weblearning)) hinzuweisen, der jedes Jahr in der Fasten- und Osterzeit als Angebot der Jesuiten in Österreich und Deutschland durchgeführt wird.

4 Siehe Creighton University, [http://en.wikipedia.org/w/index.php?title=Creighton\\_University&oldid=651947537](http://en.wikipedia.org/w/index.php?title=Creighton_University&oldid=651947537) [21. 3. 2015]

5 Angaben nach <http://onlineministries.creighton.edu/awstats/awstats.pl?config=onlineministries> [21. 3. 2015]

6 Siehe T. Neulinger, *Beten-Lernen per Internet. Virtueller Grundkurs Ignatianische Spiritualität*, in: GuL 82 (2009), 241-245.

## Web-Ressourcen

Die von Loyola Press (einem Unternehmen der Chicago-Provinz der Jesuiten) erstellte Seite *Ignatian Spirituality* ([www.ignatianspirituality.com](http://www.ignatianspirituality.com)) bietet eine außerordentlich umfangreiche Sammlung zu diesem ihrem Thema. Vier Gebiete stehen dabei im Vordergrund: Gebet, Geistliche Begleitung, Exerzitien und das Treffen guter Entscheidungen. Folgt man dem Menüpunkt *What is Ignatian Spirituality*, gelangt man auf eine neue Seite, auf der sich (zahlreiche) Hinweise und Unterlagen finden zu: *Getting Started with Ignatian Spirituality*, *Beyond the Basics of Ignatian Spirituality* sowie *For the Ignatian Expert* – ein Beispiel dafür, dass sich diese Seite an neugierige Interessierte wendet, an Menschen, die bereits Erfahrung mit der Ignatianischen Spiritualität haben und auch an Expert(inn)en. Ähnlich sieht es bei den (Unter-)Menüpunkten *The Spiritual Exercises*, *The Daily Examen*, *An Approach to Good Choices* u.a.m. aus: Überall eine (Über-)Fülle an Anregungen und Materialien. Vielfach handelt es sich dabei um Texte (für das Web geschriebene ebenso wie Artikel aus Zeitschriften und Büchern), aber Videos sind hier ebenso zu finden wie Podcasts. Und: Das Material stammt oft, aber nicht nur von Jesuiten, nicht nur aus den USA, sondern aus aller Welt. Neben all dem vielen, das sich direkt mit ignatianischer Spiritualität beschäftigt, werden unter *Ignatian Voices* ignatianisch geprägte Personen aus verschiedenen Jahrhunderten vorgestellt, aber auch zu den Bereichen *Education*, *Arts & Sciences*, *Justice* sowie *Theology and Ecclesiology*. Ein letzter großer Menüpunkt *Ignatian Community* ist schließlich eine Art Wegweiser zu ignatianischen und jesuitischen Institutionen. Die Webtraffic Analyse von Similar Web weist für diese Webseite monatlich etwa 130.000 Besuche aus, mit einem Global Rank von 202.542<sup>7</sup> (Global Ranking nach Alexa 236.604<sup>8</sup>).

Ausdrücklich für Begleiter(innen) von Exerzitien gedacht ist die ebenfalls von *Loyola Press* verantwortete Webseite *The Spiritual Exercises* ([spex.ignatianspirituality.com](http://spex.ignatianspirituality.com)). Hier ist zunächst der Text des Exerzitienbuches in der Übersetzung von Louis J. Puhl SJ zu finden. Darüber hinaus gibt es Video- und Audio-Kommentare zu den verschiedenen Teilen der *Geistlichen Übungen* sowie Reflexionen zu einzelnen Themen und Gebeten. Besonders wertvoll ist aber der fortlaufende Kommentar zu den einzelnen Nummern des Exerzitienbuches. Der Menüpunkt *Community Table* bietet die Möglichkeit, Fragen und Beobachtungen zu posten und Erfahrungen (mitzu-)teilen. In einer Galerie sind Fotos mit einem Bezug zum Leben des Hl. Ignatius und den Exerzitien zu finden, unter *Additional Resources* wird auf Bücher, Webseiten u.a.m. zu den *Geistlichen Übungen* weiterverwiesen.

Die Seite *Orientations for Spiritual Growth* ([www.jesuits.ca/orientations](http://www.jesuits.ca/orientations)) wurde vom kanadischen Jesuiten P. John Veltri gegründet und wird nun weitergeführt

<sup>7</sup> [www.similarweb.com](http://www.similarweb.com) [23.3.2015]

<sup>8</sup> [www.alexa.com](http://www.alexa.com) [23.3.2015]

von P. Jean-Marc Laporte SJ. Die Hauptmenüpunkte sind: *Pray, Understand the spiritual journey, Understand the Spiritual Exercises, Accompany others as they journey*. Ein Mausklick auf diese Menüpunkte führt jeweils zu einer weiterführenden Sammlung meist interessanter Hinweise und Anregungen.

Auf der Webseite des *Sekretariats für die Förderung des Glaubens* (Promotion of Faith; [www.sjweb.info/sof](http://www.sjweb.info/sof)) der Generalskurie des Jesuitenordens in Rom ist zu finden: Eine Liste der Zeitschriften zur ignatianischen Spiritualität, eine Zusammenstellung von Exerzitienhäusern in aller Welt (Stand 2009) sowie aller Ausgaben der von 1970 bis 2011 publizierten Zeitschrift *Review of Ignatian Spirituality*, wobei die Artikel als PDF kostenlos heruntergeladen werden können.

## Gebetsseiten

Eine der ersten Webseiten, die aus der ignatianischen Spiritualität heraus über das *World Wide Web* zum Gebet einladen und hinführen wollte, ist die 1999 von Jesuiten in Irland gestartete Seite *Sacred Space* ([www.sacredspace.ie](http://www.sacredspace.ie))<sup>9</sup>. Im Wesentlichen ist diese Seite eine Einladung, mittels der (täglichen) schriftlichen Anregungen zu einer Bibelstelle sich eine (kurze) Gebetszeit vor dem Computer oder Smartphone zu nehmen. Dabei werden immer sechs Schritte gesetzt: Die Gegenwart Gottes – Freiheit – Besinnung (*Consciousness*) – das Wort der Schrift – Gespräch – Abschluss. Diese Seite wurde und wird von vielen Menschen aufgesucht: nach Similar Web gibt es monatlich etwa 170.000 Besuche, was einen Global Rank von 173.046<sup>10</sup> zur Folge hat (Alexa reiht sie im Global Ranking auf 164.032<sup>11</sup>). Dieser große Erfolg führte dazu, dass dieses tägliche Online-Gebet mittlerweile nicht nur auf Englisch, sondern in insgesamt zwanzig Sprachen vorliegt<sup>12</sup>, meistens betreut von einem lokalen Redaktionsteam, das die englischen Texte nicht einfach übersetzt, sondern an die jeweilige Kultur anpasst.

Auf der Webseite *Pray as you go* ([www.pray-as-you-go.org](http://www.pray-as-you-go.org)) der britischen *Jesuit Media Initiatives* sind gestaltete Gebetszeiten für MP3-Player zu finden, die aus Musik, Schrifttexten und Reflexionsfragen bestehen. Während der Woche wechseln sie täglich, für das Wochenende wird eine Gebetsanregung zur Verfügung gestellt. Diese Gebetshilfe (mit einer Dauer zwischen 10 und 13 Minuten an) ist in besonderer Weise dazu gedacht, auf Fahrten von oder zur Arbeit usw. genutzt zu werden (daher auch der Name der Webseite). Das Ziel ist, den Hörer(inne)n zu helfen, die Gegenwart Gottes im Leben bewusster wahrzunehmen, auf das Wort Gottes zu hören und es zu reflektieren sowie in der Beziehung zu Gott zu wachsen. Über diese

9 Mehr dazu siehe Sacred Space (website), [http://en.wikipedia.org/w/index.php?title=Sacred\\_Space\\_\(website\)&oldid=573948754](http://en.wikipedia.org/w/index.php?title=Sacred_Space_(website)&oldid=573948754) [9.3.2015].

10 [www.similarweb.com](http://www.similarweb.com) [16.3.2015]

11 [www.alexa.com](http://www.alexa.com) [16.3.2015]

12 Laut Aufruf vom 9.3.2015.

tägliche Gebetsanregung hinaus sind zusätzliche Angebote zu finden wie Atem- und Körperübungen, das *Examen* und vieles andere mehr. *Pray as you go*-Apps für Smartphones sind sowohl für das iPhone im App Store als auch für Android-Geräte in Google Play zu finden. *Pray as you go* wird laut Similar Web etwa 110.000 mal pro Monat besucht, mit einem Global Rank von 542.102 (nach Alexa) bzw. von 310.156 (laut Similar Web)<sup>13</sup>. Aufgrund dieser großen Resonanz ist es verständlich, dass es (eigenständige) Varianten dieser Seite nun auch in anderen Sprachen (spanisch<sup>14</sup>, polnisch<sup>15</sup>, ungarisch<sup>16</sup>, portugiesisch<sup>17</sup> und sogar vietnamesisch<sup>18</sup>) gibt.

Von den Jesuiten in Australien wird die Webseite *Pray.com.au* ([www.pray.com.au](http://www.pray.com.au)) verantwortet. Auf dieser Webseite ist zu finden: eine Gebetsanregung für jeden Tag im Anschluss an die Lesungen der Messe; Reflexionen und Erfahrungsberichte in einem *PrayerBlog*; und Gespräche mit Gläubigen aus der ganzen Welt rund um die Frage „Wohin könnte Gott mich rufen?“

*Notre Dame du Web* ([www.ndweb.org](http://www.ndweb.org)) ist das Portal der (französischen) ignatianischen Familie und schon deswegen umfangreich. Im Blick auf Gebet und Spiritualität ist hervorzuheben der Menüpunkt *Comment prier?* (Wie beten), der etwa eine Anleitung *Prier en 7 étapes* (In 7 Schritten beten) beinhaltet. Originell ist der Menüpunkt *Prier avec* (Beten mit): Denn hier wird nicht nur erklärt und angeleitet, wie man mit einem Psalm oder einem biblischen Text betet, sondern es finden sich darüber hinaus Hilfen und Anleitungen für ein Gebet mit Kunstwerken (dafür sind die Kunstwerke hier mit dazu passenden Anregungen verbunden), mit Musik, aber auch mit Video-Clips (diese können über die Seite abgerufen werden und sind jeweils mit Reflexionsfragen usw. verbunden). Hinweise gibt es schließlich auch für ein Gebet mit *kits spirituels* (spirituellen Bausätzen) wie etwa das Gebet mit einer Tageszeitung oder dem Terminkalender, vor einer Krippe oder mit einem Gebetsanliegen.

Abschließend noch ein Angebot (wiederum von Loyola Press) für Menschen mit besonders wenig Zeit: das 3-Minuten-Gebet/*3 minute retreat* ([www.loyolapress.com/3-minute-retreats-daily-online-prayer.htm](http://www.loyolapress.com/3-minute-retreats-daily-online-prayer.htm)). Es lädt zu einer Pause vor dem Computer ein, wobei (von Musik unterlegt) ein Schrifttext mit Bemerkungen, Fragen zur persönlichen Reflexion und einer Gebetsanregung verbunden wird. Für iOS-Mobilgeräte ist eine entsprechende Applikation im App Store zu finden.

13 Die entsprechenden Abfragen auf Alexa und Similar Web erfolgten am 16.3.2015.

14 [www.rezandovoy.org](http://www.rezandovoy.org) – laut Similar Web ebenfalls häufig aufgerufen mit etwa 70.000 Besuchen pro Monat [1.4.2015]

15 [pl.modlitwawdrodze.pl](http://pl.modlitwawdrodze.pl)

16 [www.jezsuita.hu/mediatar/hanganyagok?tid=122](http://www.jezsuita.hu/mediatar/hanganyagok?tid=122)

17 [www.passo-a-rezar.net](http://www.passo-a-rezar.net)

18 [phutcaunguyen.net](http://phutcaunguyen.net)