

Ignatianische Einzelexerzitionen - ein Angebot in unserem Kloster

„Exerzitionen nach Ignatius von Loyola“ gehören mittlerweile zum geistlichen Angebot für interessierte Gäste unseres Klosters. Wie das Wort „Exerzitionen“ bereits sagt, handelt es sich um „Übungen“, die Ignatius von Loyola (1491-1556) aus der Erfahrung seines eigenen geistlichen Weges heraus entwickelt hat und die - entgegen einer vielleicht verbreiteten Meinung - als geistliche Vorgehensweise nicht nur für die Mitglieder des von ihm gegründeten Jesuitenordens, sondern zuerst für alle gedacht ist, die einen Weg zu Jesus Christus suchen. Letztlich geht es darum, Ihm zu begegnen.

Sogenannte „Exerzitenbuch“, das von Ignatius zunächst als handschriftliche Aufzeichnung in spanischer Sprache verfasst wurde und als ein Werkbuch für diejenigen gedacht ist, die andere Menschen zu diesen Übungen - durchaus im Geist der Gesellschaft Jesu - anleiten wollen, trägt die Überschrift „Geistliche Übungen, um über sich selbst zu siegen und sein Leben zu ordnen, ohne sich durch irgendeine Anhänglichkeit bestimmen zu lassen, die ungeordnet ist“. Damit sind Ziel und Vorgehensweise bereits grob umrissen.

Jeder von uns hat irgendwie den Wunsch, das eigene Leben (nach einem Maßstab und auf ein Ziel hin) zu ordnen und spürt gleichzeitig die vielen „ungeordneten Anhänglichkeiten“, die übertriebenen Neigungen, verborgenen und offensichtlichen Fremdbestimmungen und die gesellschaftlich vorgegeben Werte, nach denen er sein Denken, Entscheiden und Handeln -bewusst oder meist unbewusst - ausrichtet. Es käme also darauf an, sich selbst gründlich zu erkennen und in der Folge den eigenen Lebensweg auf ein objektives Ziel hin auszurichten, das den Alltag konsequent bestimmen müsste. Modern gesprochen steht uns die Frage vor Augen, wie unser Leben gelingen kann. Das Wort „Exerzitionen“ macht zugleich deutlich, dass wir uns in eine solche Vorgehensweise „einüben“ können.

Ignatius stellt nun den „Übungen“ ein „Prinzip und Fundament“ voran, das dieses Programm präzisiert. Damit gibt er dem Übenden Prämissen vor, die zugleich den Rahmen der Exerzitionen abstecken:

- 1) Der Mensch verdankt sich letztlich nicht sich selbst, sondern Gott. Damit hat unser Leben einen Zweck und ein Ziel: Gott „Ehrfurcht zu erweisen und zu dienen und mittels dessen seine Seele zu retten“. Mein Leben kann und soll demnach vor und mit Gott gelingen und so an sein Ziel kommen.
- 2) Die Dinge (und Menschen), die um uns herum existieren, die uns täglich umgeben, können uns helfen, dieses Ziel zu erreichen und sind in dessen Licht auch zu bewerten. Der Mensch soll sie „soweit gebrauchen...“, als sie ihm für sein Ziel helfen, und sich soweit von ihnen lösen, als sie ihn dafür hindern“.
- 3) Wir müssen also von unseren persönlichen (Vor-)Urteilen und Bewertungen absehen und „indifferent“ werden, „indem wir allein wünschen und wählen, was uns mehr zu dem Ziel hinführt, zu dem hinführt, zu dem wir geschaffen sind“. Es ist die Aufgabe der „Unterscheidung der Geister“.

Zusammenfassend kann man sagen, wir haben mit den Exerzitionen das Programm vor uns, den Willen Gottes (für uns) zu suchen - und das in der Auseinandersetzung mit der eigenen Person und der Person Jesu Christi (seinem Evangelium), der uns den Willen Gottes zeigen und offenbaren kann.

Idealtypisch erstrecken sich „Geistlichen Übungen“ auf ein Vier-Wochen-Schema (30 Tage), wobei wir in der ersten Woche uns selbst und unsere Schwachheit, Verführbarkeit und Sündhaftigkeit in den Blick nehmen, um uns in den folgenden drei Wochen der Menschwerdung Gottes, dem Leben, Leiden und Sterben Jesu, schließlich seiner Auferstehung und Gottes Liebe zuzuwenden. Dabei

können wir der Person Jesu immer inniger begegnen, um ihm immer entschiedener zu folgen (ihn zu „wählen“). Das von Ignatius vorgegebene Raster lässt sich durchaus problemlos auch auf den Zeitraum von ca. acht Tagen übertragen und durch den „Exerzitienmeister“ für den „Exerzitanten“ individuell zur Anwendung bringen.

Bestimmt sind die Tage der Exerzitien durch täglich vier Betrachtungen, die uns - modern gesprochen - ganzheitlich mit der Person Jesu (und somit dem Willen Gottes) vertraut machen. Im täglichen Gespräch mit dem Exerzitienmeister wird der Betrachtungsstoff (ausgewählte Stellen aus den Evangelien) festgelegt. Entscheidend ist aber nicht das, was von demjenigen ausgeht, der die Exerzitien gibt, sondern was zwischen Gott und demjenigen passiert, der diese Übungen macht. Entscheidend sind also die Bewegungen der Seele.

Ausdrücklich fordert Ignatius im Prozess der Betrachtungen eine „Anwendung der Sinne“, eine Aktivierung der inneren Vorstellungskraft - gegen bloße intellektuelle Gedankenakrobatik. Ausdrücklich auch weist er den Exerzitanten an, in den Betrachtungen zunehmend in das Zwiegespräch mit Gott zu kommen, über das, was gerade gelesen und betrachtet wird. Darüber hinaus empfiehlt Ignatius die tägliche Teilnahme an der Eucharistiefeier, um dem Herrn im Sakrament zu begegnen.

Der Hl. Ignatius hat die „Geistlichen Übungen“ als Summe seiner Erfahrungen hinterlassen, die er auf seinem oft sehr schmerzhaften geistlichen Weg machen musste. Zugleich sind sie das Ergebnis einer genauen (psychologischen) Auswertung seines Lebens- und Glaubensweges. Er war fest davon überzeugt, dass seine „Exerzitien“ ein hilfreicher Weg für viele Menschen sein kann, was sie auch sicher waren. Niemandem wollte er sie aufzwingen. Ob sie auf meinem persönlichen geistlichen Weg eine Hilfe sein können, werde ich erst erfahren, wenn ich mich bereitwillig auf diese Übungen einlasse.

Mir selbst haben sie geholfen, durch sie bin ich geprägt.- Daher biete ich sie gerne an.

P. Ignatius OCist