

# ABSCHLUSS- ARBEIT

MAI 2022



## CHRISTLICHE LEBENSFÜHRUNG HEUTE

*Eine literarische Untersuchung über die Spiritualität des Ignatius von Loyola für ein umfassenderes Verständnis einer christlichen Lebensführung in einer Zeit, die von Individualismus und Pluralismus geprägt ist*

FRANZ SIMON

Master of Advanced Studies

Studienleiter: Dr. Philipp Wenk

Fachmentorin: Silke Mattner (Pfarrerin und Exerzitenleiterin)

---

## ABSTRACT

Der Begriff *Lebensführung* wird ganz allgemein mit Orientierungen, Werthaltungen, Verhaltensweisen und Lebenszielen in Verbindung gebracht. Christliche Lebensführung orientiert sich hingegen an der Ethik Jesu, die den Menschen durch die Heilige Schrift mitgeteilt wird. In dieser Arbeit definiert sich Christliche Lebensführung durch eine persönliche Gottesbeziehung, durch die Heilige Schrift als Quelle der Offenbarung Gottes sowie durch das Anerkennen der Existenz und der Wirkung des Heiligen Geistes. Das Ziel der Arbeit lag darin, positive Einflüsse der ignatianischen Spiritualität auf Christliche Lebensführung in der Postmoderne nachzuweisen.

Durch eine Literaturstudie wurde zunächst die ignatianische Spiritualität ausgeführt. Durch das Recherchieren verschiedener Beiträge der Sekundärliteratur können positive Einflüsse ignatianischer Spiritualität auf christliche Lebensführung in der Postmoderne nachgewiesen werden. Das zeigt sich vor allem darin, dass durch die Integration ignatianischer Spiritualität in Christliche Lebensführung, die Beziehung zu Gott, die Beziehung zum Nächsten und die Beziehung zu sich selbst, bereichert und vertieft werden.

Das bedeutet für die Glaubenspraxis, dass die ignatianische Spiritualität auch noch im Zeitalter der Postmoderne in der Lage ist, *ein* mögliches christliches Lebensführungsmodell anzubieten. Selbstverständlich müssen dabei die gesellschaftlichen, politischen und religiösen Rahmenbedingungen der Postmoderne stets mitberücksichtigt werden.

---

## INHALTSVERZEICHNIS

<b>ABSTRACT</b> .....	<b>1</b>
<b>1 EINLEITUNG</b> .....	<b>1</b>
1.1 Ausgangsfragestellung .....	1
1.2 Motivation .....	1
1.2.1 <i>Persönliche Motivation</i> .....	1
1.2.2 <i>Theologisches Interesse</i> .....	2
1.3 Begriffserklärungen .....	2
1.3.1 <i>Spiritualität</i> .....	3
1.3.2 <i>Christliche Lebensführung</i> .....	6
1.4 Methode .....	7
1.4.1 <i>Auswahl der Autoren</i> .....	8
1.4.2 <i>Methodische Schritte</i> .....	8
<b>2 UNTERSCHIEDLICHE HISTORISCHE KONTEXTE</b> .....	<b>10</b>
2.1 Das Zeitalter der Postmoderne .....	10
2.1.1 <i>Welt- und Menschenbild</i> .....	11
2.1.2 <i>Gesellschaft</i> .....	12
2.1.3 <i>Kirche, Glaube und Spiritualität</i> .....	13
2.2 In der Zeit des Ignatius .....	15
2.2.1 <i>Welt und Menschenbild</i> .....	16
2.2.2 <i>Gesellschaft</i> .....	16
2.2.3 <i>Kirche, Glaube und Spiritualität</i> .....	17
2.3 Gegenüberstellung: Kirche, Glaube und Spiritualität .....	18
<b>3 IGNATIUS VON LOYOLA</b> .....	<b>20</b>
3.1 Aus dem Leben des <i>Ignatius</i> .....	20
3.1.1 <i>Geschichte und Person</i> .....	20
3.1.2 <i>Geistliches Portrait</i> .....	21
3.2 Exerzitien.....	22
3.2.1 <i>Äußere Formen und Inhalte der Exerzitien</i> .....	23
3.2.2 <i>Der Prozess der Exerzitien</i> .....	24
3.3 Spiritualität .....	29
3.3.1 <i>Einleitung</i> .....	29
3.3.2 <i>Spirituelle Aspekte der Exerzitien</i> .....	29
3.3.3 <i>Zusammenfassung: Spiritualität</i> .....	34
<b>4 BEITRÄGE AUS DER SEKUNDÄRLITERATUR ZUM THEMA: IGNATIANISCHE SPIRITUALITÄT</b> .....	<b>37</b>
4.1 Einleitung .....	37
4.2 Mögliche Gründe, warum ignatianische Spiritualität für Menschen der Postmoderne immer noch relevant ist .....	37

---

4.3 Kann die ignatianische Spiritualität Beiträge für die Anbahnung, für ein besseres Verständnis und für die Vertiefung Christlicher Lebensführung in der Postmoderne anbieten?.....	55
<b>5 PRAKTISCHE UMSETZUNG .....</b>	<b>65</b>
5.1 Menschen der Postmoderne benötigen Orientierung und Lebenssinn .....	65
5.2 Wie die Menschen zu einem sinnerfüllten Leben gelangen – die ignatianische Spiritualität ist <i>ein</i> Weg dazu .....	68
5.3 Ein Leben in Fülle durch Christliche Lebensführung auf der Basis ignatianischer Spiritualität .....	75
<b>6 FAZIT .....</b>	<b>78</b>
6.1 Erkenntnisgewinn .....	78
6.2 Weiterführende Fragen .....	81
<b>LITERATURVERZEICHNIS .....</b>	<b>83</b>

---

# 1 EINLEITUNG

## 1.1 Ausgangsfragestellung

Auf den ersten Blick würde man meinen, dass für die meisten Menschen in der postmodernen Gesellschaft – die sich insbesondere durch Individualität und Pluralismus auszeichnet – Spiritualität und christliche Lebensführung nicht erstrebenswert erscheinen. Ob diese Vermutung zutrifft, wird im Verlauf der Arbeit erörtert werden.

Die Arbeit richtet sich sowohl an Menschen, die sich erst am Anfangsstadium ihrer christlichen Sinnuche befinden aber auch an Christen, die sich schon bewusst für Gott entschieden haben. Eine differenzierte Betrachtungsweise würde den gewünschten Umfang dieser Arbeit übersteigen.

In unserer pluralistischen Gesellschaft wird es für den Einzelnen aufgrund des ständig wachsenden Angebotes an Wertvorstellungen, Lebensanschauungen und Lebensstilen immer schwieriger, eine Wahl zu treffen, die seinen Bedürfnissen und Lebenszielen entspricht. In dieser riesigen Auswahl an Deutungsangeboten finden sich auch heute noch Angebote auf der Basis der Spiritualität des *Ignatius von Loyola*<sup>1</sup>.

In der vorliegenden literarischen Arbeit sollen mögliche Gründe aufgezeigt werden, weshalb die ignatianische Spiritualität für unsere heutige säkulare Gesellschaft noch immer eine gewisse Relevanz besitzt oder anders formuliert: Warum entscheiden sich mitunter Menschen auch heute noch auf der Suche nach ihrem Lebenssinn ausgerechnet für die Spiritualität des Ignatius von Loyola? Die Hauptfragestellung dieser Arbeit richtet sich jedoch darauf: Kann die ignatianische Spiritualität nennenswerte Beiträge zu einer Anbahnung, einem besseren Verständnis und zu einer Vertiefung christlicher Lebensführung sowie deren praktischen Umsetzung leisten? In der Arbeit soll daher versucht werden, auf diese zwei Fragen anhand der Primärliteratur und der Sekundärliteratur über Ignatius von Loyola Antworten zu finden.

## 1.2 Motivation

### 1.2.1 Persönliche Motivation

Bezüglich der Themenwahl meiner Abschlussarbeit – *Christliche Lebensführung heute* – erscheint es mir sinnvoll, in aller Kürze meine christlichen Wurzeln retrospektiv zu beleuchten. Ich hatte das große Glück, in einem sehr religiösen katholischen Elternhaus aufzuwachsen. Trotz des frühen Todes meines Vaters schaffte es meine Mutter mit Gottes Hilfe, uns vier Kindern stets ein glühendes Beispiel im Glauben zu sein. Da ich nun schon auf mehr als sechs Lebensjahrzehnte zurückblicken kann, ist es sicher nicht verwunderlich, dass meine Lebensziele, aber auch meine Beziehung zu Gott, immer wieder Akzentverschiebungen und Neuorientierungen unterworfen waren. Der mit Abstand längste Lebensabschnitt war vom Katholizismus geprägt. Eine persönliche Gottesbeziehung gab es in dieser Lebensphase

---

<sup>1</sup>Ignatius von Loyola (1491-1556) war Philosoph, Theologe und Priester. Er gründete den Jesuitenorden und verfasste *Geistliche Übungen*.

---

jedoch nicht. Diese entwickelte sich erst kontinuierlich durch die Begegnung mit evangelikalen Christen<sup>2</sup>. Im engen Kontext meiner Lebensübergabe an Gott ist auch der Beginn meines theologischen Weiterbildungsstudiums zu sehen. Es ermöglichte mir, sukzessive meinen theologischen Horizont zu erweitern. Für mich ist es mittlerweile fast selbstverständlich geworden, meine Gottesbeziehung überkonfessionell im Alltag zu leben, in der sowohl Elemente der katholischen und evangelischen Kirche, aber auch solche von evangelischen Freikirchen ihren festen Platz haben.

Die letzten Module meines Studiums hatten vorwiegend die Themen *Spiritualität* und *Ignatius von Loyola* zum Inhalt. Diese Inhalte, aber besonders ein dreitägiger Aufenthalt in einem Kloster sowie die Teilnahme an Alltagsexerzitien übten auf mich eine große Faszination aus. Da sich die Exerzitien und die Spiritualität des *Ignatius* auf meine christliche Lebensführung und auf meine Glaubenspraxis äußerst positiv und bereichernd auswirkten, finde ich es spannend, durch diese Arbeit meinen Erkenntnishorizont in Bezug auf die Spiritualität von *Ignatius von Loyola*<sup>3</sup> und Christliche Lebensführung zu erweitern und zu vertiefen.

### 1.2.2 Theologisches Interesse

Mein großes Interesse an der Spiritualität ist auf mehrere Faktoren zurückzuführen.

*Ignatius* stellte den Menschen ins Zentrum seiner Aufmerksamkeit. Für ihn waren daher nicht theologische Theorien und Prinzipien von Interesse, sondern sein Ausgangspunkt war der schwache, arme und leidende Mensch (Kiechle 2007:76f). Da sich diese Herangehensweise an der Ethik Jesu orientiert, fällt es mir sehr leicht, mich mit dieser zu identifizieren. Ähnliches gilt auch für eine persönliche Beziehung zwischen Gott und Mensch, die *Ignatius* mit seinen Exerzitien initiieren möchte. Auch sie deckt sich mit meinem Glaubensverständnis und meiner Gottesbeziehung. Ein personaler Gottesbezug stellt für mich nämlich ein essenzielles Element meines Verständnisses von christlicher Lebensführung dar.

Im Hinblick auf das Hauptanliegen dieser Arbeit besteht das theologische Motiv eindeutig darin, die Spiritualität des *Ignatius* als mögliche Basis für eine Christliche Lebensführung zu untersuchen.

## 1.3 Begriffserklärungen

Da es sich bei den Begriffen *Spiritualität* und *Christliche Lebensführung* um sehr zentrale Begriffe dieser Arbeit handelt, erscheint es sinnvoll, diese in einem eigenen Unterkapitel näher zu erklären. Die Begriffe *Christliche Spiritualität* und *Christliche Lebensführung* werden in der Arbeit als feststehende Begriffe verwendet und demnach mit großen Anfangsbuchstaben geschrieben, sofern sie sich an den

---

<sup>2</sup>Markus Iff charakterisiert evangelikale Christen durch ihre biblizistische (biblische Aussagen werden wortwörtlich verstanden) Grundhaltung, den Ruf zur Umkehr sowie die Betonung der Wiedergeburt von Christen (Zimmerling 2014:654).

<sup>3</sup>Der Name *Ignatius von Loyola* wird des Weiteren in der Arbeit mit *Ignatius* abgekürzt, jedoch weiterhin kursiv geschrieben.

---

unten ausgeführten Begriffserklärungen orientieren. Weiter wird darauf hingewiesen, dass die Begriffe *Menschen* und *Exerzitanten* in dieser Arbeit synonym verwendet werden.

### 1.3.1 Spiritualität

Bei der Klärung des Begriffes Spiritualität wird in dieser Arbeit zwischen dem heutigen säkularen Begriffsverständnis von Spiritualität, zwischen christlicher Spiritualität im allgemeinen Sinn und der «spezifischen» christlichen Spiritualität des Ignatius unterschieden. Es liegt jedoch auf der Hand, dass die Grenzen zwischen diesen Begriffen fließend verlaufen. Diese Differenzierung erfolgt aus folgendem Grund: Die Spiritualität des Ignatius soll auf ihre Relevanz für die heutige Gesellschaft untersucht werden. Folglich macht es Sinn, auch die Spiritualität nach dem heutigen Begriffsverständnis – sie verkörpert hier die Spiritualität im heutigen gesellschaftlichen Kontext – zu untersuchen.

Das Wort *Spiritualität* geht in seiner allgemeinen Bedeutung auf das lateinische Wort *spiritus* zurück und bedeutet *Hauch, Geist, Begeisterung*. Es leitet sich von *spiro* (= ich atme) und *spirare* (= atmen) ab. Es ist mit dem altgriechischen Wort *Psyche* verwandt, welche *Seele* oder *Gesamtheit aller geistigen Eigenschaften eines Individuums* bedeutet. Spiritualität wird «als bewusstes Existieren, als Geistigkeit mit innerem Leben, als geistiges Wesen, definiert» (wertesysteme.de «Spiritualität»). Unter Spiritualität werden daher die grundlegende Haltung und Einstellung eines Individuums verstanden, die es diesem ermöglichen, sich selbst bestmöglich zu verwirklichen und entsprechend zu wirken. Aus dieser Haltung erwächst für das Individuum die Fähigkeit, sich in der Interaktion mit anderen Individuen und der Natur entsprechend auszudrücken. Dies kann sowohl in einem religiösen als auch in einem weltanschaulichen Kontext praktiziert werden (wertesysteme.de «Spiritualität»). Lambert (2017:20) versteht unter Spiritualität, wie jemand lebt, also wie sich das Lebensziel im Lebensstil ausdrückt. Ähnlich bedeutet auch für Zimmerling (2017:439) der Begriff *Spiritualität* die «Konkretion der Theologie im Lebensvollzug.»

Mit den Veränderungen, nämlich mit der Pluralisierung und der Ausweitung des religiösen Feldes, hat der Begriff *Spiritualität* in den vergangenen Jahrzehnten, vor allem im Bereich der institutionell gebundenen Religiosität, eine besondere Bedeutung erfahren (bibelwissenschaft.de «Religion»). Das Wort *Spiritualität* ist in den letzten Jahren weit über kirchliche Kreise hinaus zum Modewort geworden, und es verbirgt sich ganz Unterschiedliches dahinter, von alternativen Entspannungstechniken beginnend bis zu Yoga-Kursen und Selbstverwirklichungsseminaren (Körner 2008:11). Rotzetter<sup>4</sup> äußert sich in diesem Zusammenhang sehr kritisch und meint,

dass der Begriff «*Spiritualität*» [...] heute frei flotierend und mitunter sogar unter Ausschluss der christlichen Tradition für rein Esoterisches verwendet und darüberhinaus «*auch auf fremde Kulturen und Religionen ausgeweitet*»

---

<sup>4</sup>Anton Rotzetter (1939-2016), Schweizer Kapuziner-Pater. Er galt als hervorragender Kenner der franziskanischen Spiritualität und verfasste ein Lexikon über christliche Spiritualität.

---

werde, so dass sich nicht selten eine «*Banalisierung des Begriffs*» ergebe (Rotzetter 2008).

Aus seiner Sicht steht das moderne Spiritualitätsverständnis für Offenheit, für die Möglichkeit persönlicher Entfaltung, für die Entwicklung der je eigenen Individualität und Subjektivität sowie für Transzendenz- und Selbsterfahrung. In den Mittelpunkt rückt zunehmend das Selbst, das seine Spiritualität in seinem Innersten sucht, und dazu auch auf Spiritualitätsformen anderer religiöser Traditionen zurückgreift (Rotzetter 2008).

Nach Körner<sup>5</sup> (2008:11) macht es die vielfältige Verwendung des Begriffes *Spiritualität* in unserer heutigen säkularen Gesellschaft nicht unbedingt leicht zu verstehen, wo der Punkt liegt, auf den es aus christlicher Sicht ankommt. Für ihn ist Christliche Spiritualität dadurch bestimmt, dass es dabei um den Geist Jesu Christi geht – den *Heiligen Geist* – der Jesus als Mensch geleitet hat, den er uns verheißen hat und der die Christen erfüllen und prägen will. Für Körner (:19) ist die Liebe der Ausgangspunkt für christliche Spiritualität. Die Grunderfahrung, aus der Christliche Spiritualität erst entsteht, ist demnach, dass jeder Mensch von Gott geliebt ist. Daher ist Christliche Spiritualität nicht primär Aktion oder Anstrengung, sondern Reaktion, die alles eigene Tun schon als Antwort begreift. Ähnlich beschreibt Erwin Möde<sup>6</sup> den Begriff *Christliche Spiritualität* in Anlehnung an Bernhard Fraling<sup>7</sup>:

Die christliche Spiritualität ist die geistgewirkte Weise ganzheitlich gläubiger Existenz, in der sich das Leben des Geistes Christi in uns in geschichtlich bedingter Konkretion ausdrückt (Möde 2007).

Auch hier ist die Begriffsbestimmung der Christlichen Spiritualität in der Pneumatologie verankert. Christliche Spiritualität wird sich daher stets an der Pneumatologie zu orientieren haben, um die Gnadengaben und die gestalterische Wirkung des Heiligen Geistes zu entdecken (ku-eichstätt.de «Theologie der Spiritualität. Was ist das?»).

Auch Beck<sup>8</sup> (2018:133) verweist darauf, «dass Gott dem Menschen nicht nur äußerlich durch die Person Jesu Christi, das Neue Testament, geschichtliche Ereignisse und durch persönliche Begegnungen nahekommt, sondern auch von innen her, muss das erfahrbar sein.» Da er den Menschen als «Leib-Seele-Einheit» auffasst, folgert er, dass «das innere Wirken des Geistes für ihn leiblich wahrnehmbar [sei]». Damit ist jedoch keinesfalls eine Art Fremdbestimmung gemeint, sondern der Mensch soll durch den Geist Gottes den göttlichen Willen erkennen. Dieser soll ihn dazu befähigen, sich selbst zu finden und zu wachsen (:134).

Folgt man der sich sehr ähnelnden Argumentationslinie von Körner, Möde und Beck kann man in Bezug auf Christlicher Spiritualität Folgendes ableiten: Sie wird in einem hohen Maße durch göttliches

---

<sup>5</sup>Bernhard Körner ist Priester und lehrt Dogmatik an der Universität Graz

<sup>6</sup>Erwin Möde war bis 2019 Ordinarius für Christliche Spiritualität und Pastoralpsychologie an der Katholischen Universität Eichstätt-Ingolstadt

<sup>7</sup>Bernhard Fraling war ein katholischer Geistlicher und Moralthologe an der Julius-Maximilians-Universität Würzburg

<sup>8</sup>Matthias Beck, geboren 1956 in Hannover, ist Mediziner und Theologe sowie Autor zahlreicher Bücher; er lehrt an der Universität in Wien.



---

Geisteswirken determiniert. Christliche Spiritualität intendiert die Bereitschaft des sinnsuchenden Menschen nach einer persönlichen Beziehung zu einem transzendenten Gott zu wecken. Oder mit anderen Worten ausgedrückt: Der Mensch folgt seiner Sehnsucht, den liebenden Gott, der in sein Leben treten möchte, persönlich kennenzulernen und in weiterer Folge den Geist Gottes in seinem Innersten wirken zu lassen. Daraus könnte man schlussendlich folgern: Christliche Spiritualität setzt die Existenz des Heiligen Geistes voraus, dessen vorrangige Aufgabe darin besteht, Jesus Christus zu offenbaren.

An dieser Stelle soll angemerkt werden, dass der oben kurz erläuterte Begriff *Christliche Spiritualität* auch dem Verständnis des Autors entspricht. In diesem Zusammenhang wird außerdem darauf hingewiesen, dass in der vorliegenden Arbeit der Begriff *Christliche Spiritualität* in diesem Sinne verstanden wird.

Zuletzt wird noch auf die *Spiritualität des Ignatius* etwas näher eingegangen. Nachdem – wie oben bereits erwähnt – die Heilige Schrift, das Gebet und ein personaler Gottesbezug ganz wesentliche Säulen Christlicher Spiritualität darstellen, soll der Fokus besonders auf diese drei Elemente gerichtet werden. Dies erfolgt jedoch bewusst in knapper Form, da die Spiritualität des *Ignatius* unten im Kapitel 3.3 (Spiritualität) noch ausführlich behandelt wird.

Die Heilige Schrift stellte für *Ignatius* einen Ort der Christusbegegnung dar. In einer Äußerung zur Heiligen Schrift aus der Zeit von Manresa berichtete er «über die Gnaden, die außerordentlichen inneren Erfahrungen, die ihm beim Beten zuteilwurden» (Lambert 1997:99). Der Aufenthalt in der spanischen Stadt Manresa war ein Meilenstein im Bekehrungsprozess des *Ignatius*. Erwähnenswert ist in diesem Kontext, dass sich der Zugang zum Wort Gottes bei Ignatius während seines Lebens sukzessive veränderte. Seine erste Schriftbegegnung war durch eine Art Ergriffenheit und Begeisterung gekennzeichnet, während später der «Umgang mit der Heiligen Schrift im apologetischen Kontext zutage» tritt (:100). Eine völlig andere Schriftbegegnung des *Ignatius* findet man in seinen Exerzitien vor. Er beschreibt in seinen Geistlichen Übungen, dass es mehrere Dimensionen gibt, die Heilige Schrift zu erfassen:

Denn wenn derjenige, der betrachtet, das wirkliche Fundament (1) der Geschichte nimmt, es selbstständig durchgeht und bedenkt und etwas findet, was die Geschichte ein wenig mehr erläutern und verspüren läßt [sic] – sei es durch das eigene Nachdenken oder sei es, insofern der Verstand durch die göttliche Kraft erleuchtet wird –, so ist es von mehr Geschmack und geistliche Frucht, als wenn der, der die Übungen gibt, den Sinn der Geschichte viel erläutert und erweitert hätte. Denn nicht das viele Wissen sättigt und befriedigt die Seele, sondern das Innerlich-die-Dinge-Verspüren-und-Schmecken (EB 2<sup>2-5</sup>).

Dadurch soll verdeutlicht werden, dass es nicht primär um eine verstandesmäßige Erfassung der Heiligen Schrift geht. Die weitaus bedeutendere Rolle nehmen bei der Erfassung der Schrift die sinnlichen Vorgänge ein, die im Inneren der Exerzitanten ablaufen. Die göttliche Kraft, die aus der Sicht des *Ignatius* die Fähigkeit besitzt, den menschlichen Verstand zu erleuchten, könnte man mit der Person des

---

Heiligen Geistes gleichsetzen. Jede Schriftbetrachtung sollte nach *Ignatius* mit einem persönlichen Gebet abgeschlossen werden.

Für *Ignatius* gehören die beiden konstitutiven Elemente seiner Exerzitien – die Heilige Schrift und das Gebet – untrennbar zusammen. Das Gebet soll dem Menschen helfen, «eine persönliche Gottesbeziehung zu entwickeln, lebendig zu erhalten und zu vertiefen» (Kiechle 2007:142). Es sollte sich jedoch nicht auf kirchliche Räume und festgesetzte Zeiten beschränken, sondern es sollte überall im Alltag immer wieder verrichtet werden (ebd.)

Zusammenfassend kann daher festgehalten werden, dass die Spiritualität des *Ignatius* – sie wird besonders in seinen Exerzitien deutlich – das Ziel verfolgt, eine persönliche Gottesbeziehung bei den Exerzitanten zu entwickeln oder zu vertiefen. Dieses Ziel möchte Ignatius vor allem durch die Schriftbetrachtung und durch das Gebet erreichen.

### 1.3.2 Christliche Lebensführung

Da der Fokus dieser Arbeit auf die Untersuchung der ignatianischen Spiritualität gerichtet ist, ob diese nennenswerte Beiträge für ein umfassenderes Verständnis und für eine bessere praktische Umsetzung einer Christlichen Lebensführung leisten kann, soll auch der Begriff *Christliche Lebensführung* etwas erläutert werden. Die Recherchen zielen darauf ab, nach den Wurzeln und den Merkmalen Christlicher Lebensführung Ausschau zu halten.

Für den Autor dieser Arbeit bedeutet Christliche Lebensführung Folgendes: Christliche Lebensführung orientiert sich an der Heiligen Schrift. Das heißt konkret: Ihr alleingültiger Maßstab ist Christus selbst, seine Gestalt und sein Wirken, in dessen Zentrum seine Heilsgeschichte steht. Darüber hinaus inkludiert Christliche Lebensführung stets eine persönliche Beziehung zu Gott, die durch die Hilfe des Heiligen Geistes entwickelt und vertieft wird.

Zunächst ist festzuhalten, dass der Begriff *Lebensführung* immer etwas mit Orientierungen, Werthaltungen, Verhaltensweisen und Lebenszielen zu tun hat. Es handelt sich daher um eine vorwiegend ethische Frage. Keller (2010:20) meint dazu: «Der Ethik geht es um den guten Menschen, um das unbedingte Sollen, um das letztverantwortliche Handeln, um das Ziel des Menschen schlechthin und sein sinnvolles Leben». Entscheidend jedoch ist hier die Frage, welche Art von Ethik in Hinblick auf Lebensentfaltung und Lebenserfüllung zugrunde gelegt wird. Es macht nämlich zwangsläufig einen großen Unterschied, ob dazu Entwürfe säkularer Ethik<sup>9</sup> oder jene der theozentrischen Ethik<sup>10</sup> als Ausgangslage herangezogen werden (Burkhardt 2017:5f). Der Mensch hat es in der heutigen Welt, die durch

---

<sup>9</sup>Helmut Burkhardt (Dozent für Systematische Theologie am Theologischen Seminar St. Chrischona/Schweiz) beschreibt in seinem Werk *Einführung in die ETHIK, die Positivistische Ethik, die Utilitaristische Ethik, die Naturrechtliche Ethik und die Situationsethik* als Beispiele einer säkularen Ethik (2017:29-46)

<sup>10</sup>Eine theozentrische Ethik orientiert sich nach Burkhardt (2017:47) am Willen Gottes.

---

Brüchigkeit, Zerrissenheit, durch eine immer tiefere Durchmischung von Kulturen und Religionen sowie durch den Pluralismus von Meinungen und Sinnangeboten geprägt ist, ganz schwer, neue Orientierungspunkte zu finden (Beck 2018:54f).

Beck (2018:62) vertritt die Ansicht, dass der Weg, auf dem der Mensch immer wieder neue Entscheidungen treffen muss, nur dann ein vernünftiger Weg ist, wenn er auch zu einem guten Ziel führt. Das können kurzfristige Ziele sein wie etwa eine gute Berufsausbildung, eine Familie oder Ruhm und Ehre. Aber all diese Zwischenziele haben für ihn den Nachteil, dass sie von anderen Menschen abhängig sind. Daher wäre es wünschenswert, dass diese kurzfristigen Ziele in einem letzten Ziel enden, das im Menschen selber liegt und nicht von anderen abhängig ist. Im Christentum wird dieses letzte Ziel dann erreicht, wenn der Mensch dem Heiligen Geist folgt und dadurch zur Fülle des Lebens gelangt (Beck 2018:62f). Nachdem zuletzt schon angesprochen wurde, wie sich Christliche Lebensführung von anderen Lebensentwürfen abgrenzt, soll dieser Gedanke noch etwas weiterverfolgt werden.

Für die theozentrische Ethik handelt der Mensch dann richtig, wenn er dem Willen Gottes entsprechend handelt. Die Orientierung am Willen Gottes lässt sich den ethischen Aussagen der Bibel entnehmen. Der Apostel Paulus bringt die ganze ethische Reflexion auf einen einzigen Nenner: Es geht darum, den Willen Gottes zu erkennen (Burkhardt 2017:47).<sup>11</sup> Auch die Evangelien geben Anweisungen zu einer christlichen Lebensführung. Sie berichten darüber, wie Jesus unter den Menschen lebte, und fordern die Menschen auf, es Jesus gleichzutun, nämlich «das Wesen Christi anzunehmen – seine Ziele, seine Liebe, seine Hoffnung, seine Gefühle und Gewohnheiten zu den [ihrigen] zu machen» (Foster 1998:16). Nach Geddert (2016:60f) ist die Bergpredigt (Mt 5-7) der zentrale Vortrag Jesu zum Thema *Nachfolge* und *Ethik*. Auch für *Ignatius* bedeutet christliche Lebensführung, dass sich der Mensch an den Worten und am Handeln Jesu orientiert und stets gehorsam nach dem Willen Gottes fragt. Im *Prinzip und Fundament* präziserte Ignatius das Ziel seiner Exerzitien. Mit Hilfe seiner strukturierten Übungsmethode sollten die Exerzitanten zu einer christlichen Lebensführung gelangen. Darunter verstand *Ignatius*, dass die Menschen Gott loben, ihm Ehrfurcht erweisen und ihm dienen sollen (EB 38f).

Abschließend kann festgehalten werden, dass es zwischen dem Verständnis des Autors bezüglich Christlicher Lebensführung und der Sicht der angeführten Autoren sehr viele Berührungspunkte gibt. Diese betreffen vor allem die Heilige Schrift als Orientierungsmaßstab, die angestrebte persönliche Beziehung zu Gott und die wichtige Funktion des Heiligen Geistes.

## 1.4 Methode

Sämtliche Arbeitsschritte sollen auf die Forschungsfrage dieser literarischen Arbeit abzielen: *Was sind die Gründe und Motive, weshalb die Spiritualität des Ignatius von Loyola für sinnsuchende Menschen aber auch für schon entschiedene Christen noch immer eine gewisse Relevanz besitzt? Und kann*

---

<sup>11</sup>Siehe Röm 12,2.  
© IGW

---

*mit Hilfe der ignatianischen Spiritualität, Christliche Lebensführung umfassender und differenzierter verstanden sowie in die Praxis umgesetzt werden?*

### 1.4.1 Auswahl der Autoren

Für die Beantwortung der Forschungsfrage werden aus der Primärliteratur die zwei Werke *Ignatius von Loyola – Geistliche Übungen* sowie *Ignatius von Loyola – Bericht des Pilgers* untersucht. Bei der Auswahl der Sekundärliteratur werden *Ignatianische Impulse*<sup>12</sup> priorisiert. Da die oben genannte Literatur als eher erbaulich eingestuft werden kann, sollen bei der Auswahl der zeitgenössischen Sekundärliteratur selbstverständlich auch Autoren zu Wort kommen, die durchaus sehr kritisch an diese Thematik herangehen. Dadurch soll eine kritische Auseinandersetzung mit dem gewählten Thema dieser Arbeit gewährleistet werden.

### 1.4.2 Methodische Schritte

Der erste Arbeitsschritt besteht darin, die beiden Kontexte – nämlich jenen, in dem Ignatius lebte und jenen der Gegenwart – zu untersuchen und einander gegenüberzustellen. Dadurch lassen sich vermutlich manche Aussagen von *Ignatius*, aber auch jene von den Autoren der zeitgenössischen Sekundärliteratur aus ihrem jeweiligen historischen Kontext heraus besser interpretieren und bewerten.

Im nächsten Kapitel werden nach einer groben Skizzierung der prägenden Einflüsse und der wesentlichen Ereignisse aus dem Leben des *Ignatius* dessen Exerzitien ausgeführt. Im Anschluss daran wird versucht, daraus die wesentlichen spirituellen Kernaspekte der Exerzitien herauszufiltern. Da sich die Darstellung und die Systematisierung der Kernaspekte der ignatianischen Spiritualität – sie sind essenziell für diese Arbeit – alleine mit dem übersetzten Urtext *Ignatius von Loyola: Geistliche Übungen* nicht bewerkstelligen ließe, werden noch einige *Ignatianische Impulse* als weitere Literaturquellen herangezogen.

Das Untersuchen der vorwiegend zeitgenössischen Sekundärliteratur zum Thema *Ignatianische Spiritualität* verfolgt im Wesentlichen folgende Ziele: Zum einen soll dadurch die Frage geklärt werden, weshalb die Spiritualität des *Ignatius* auch in der heutigen Gesellschaft immer noch Relevanz besitzt, zum anderen soll die Sekundärliteratur darüber Aufschluss geben, wie die verschiedenen Autoren die Kernaspekte der ignatianischen Spiritualität aus heutiger Sicht interpretieren und bewerten. Mit diesem Arbeitsschritt sollen aber auch Erkenntnisse gewonnen werden, ob die Spiritualität des *Ignatius* Beiträge für ein besseres und differenziertes Verständnis einer christlichen Lebensführung und deren praktischen Umsetzung leisten kann. Und schließlich soll das Untersuchen der Sekundärliteratur die Basis für den Praxisbezug dieser Arbeit darstellen. Die praktischen Vorschläge und Anleitungen sollen grundlegende

---

<sup>12</sup>*Ignatianische Impulse* gründen in der Spiritualität des Ignatius von Loyola und werden vom Jesuitenorden begleitet.  
© IGW

---

Aspekte und Elemente der Spiritualität des *Ignatius* in sich aufnehmen, sie sollen aber auch gleichzeitig den gesellschaftlichen Kontext unseres heutigen säkularen Zeitalters gebührend miteinbeziehen.

Im Schlusskapitel werden die wesentlichen Untersuchungsergebnisse in einem Fazit nochmals zusammengefasst und mit der Forschungsfrage in Beziehung gesetzt. Am Ende der Arbeit erfolgt noch ein kurzer Ausblick zur Thematik – *Christliche Lebensführung in der heutigen Gesellschaft*.

---

## 2 UNTERSCHIEDLICHE HISTORISCHE KONTEXTE

Das vorrangige Ziel dieser Arbeit besteht einerseits darin, mögliche Gründe für ein immer noch teilweise vorhandenes Interesse der heutigen Gesellschaft an der Spiritualität des *Ignatius* aufzuzeigen, andererseits nach möglichen Einflüssen der ignatianischen Spiritualität auf eine heute verstandene und praktizierte christliche Lebensführung zu forschen. Aus diesem Grund ist es unerlässlich, den historischen Kontext des Spätmittelalters und den des heutigen säkularen Zeitalters zu untersuchen und einander gegenüberzustellen. Dabei wird das Hauptaugenmerk auf die Bereiche Welt- und Menschenbild, Gesellschaft sowie Kirche, Glaube und Spiritualität gelegt.

### 2.1 Das Zeitalter der Postmoderne

Die Definition des Begriffs *Postmoderne* im Duden lautet folgendermaßen: «Die Postmoderne ist der Moderne folgende Zeit, für die Pluralität in Kunst und Kultur, in Wirtschaft und Wissenschaft sowie demokratisch mitgestaltende Kontrolle der Machtzentren charakteristisch sind» (duden.de «Postmoderne»). Der Beginn dieses Zeitalters wird auch heute noch mit verschiedenen Zeitpunkten angegeben. In dieser Arbeit wird der Beginn der Postmoderne mit dem Ende des Kalten Krieges und der Wiedervereinigung von Ost- und Westdeutschland angenommen. Als zentrale Merkmale werden der zunehmende Individualismus und der Pluralismus in der Gesellschaft der Postmoderne aufgefasst.

Es ist sicher zielführend, am Beginn der Recherchen bezüglich der gegenwärtigen Zeitepoche den Begriff *Säkularität* kurz zu erläutern. Dazu soll zunächst Charles Taylor<sup>13</sup> herangezogen werden, weil dieser die Entwicklung des religiösen Bewusstseins, besonders im säkularen Zeitalter, auf beeindruckende Weise nachzeichnet. Paul Zulehner<sup>14</sup> kommt deshalb zu Wort, weil er sich mit der spirituellen Dynamik in säkularen Gesellschaften auseinandersetzt. Tobias Künkler wurde ausgewählt, weil er sich sehr intensiv mit dem modernen christlichen Subjekt in einem neuen spezifischen Weltbild beschäftigt. Für Matthias Beck spricht, dass er in der Lage ist, das Zeitalter der Postmoderne sowohl aus der Sicht des Theologen als auch der des Naturwissenschaftlers kritisch zu hinterfragen.

Taylor (2012:13f) differenziert den Begriff *Säkularität*, indem er ihm drei Bedeutungen zuordnet: Die erste Bedeutung definiert er durch die Bezugnahme auf das öffentliche Leben – es gibt keinen Gott mehr und keinen Hinweis auf letzte Realitätsgründe. Die zweite Bedeutung des Begriffes sieht er darin, dass der religiöse Glaube und das Praktizieren der Religion immer mehr an Bedeutung verlieren. Als dritte Bedeutung werden die Bedingungen des Glaubens genannt: Der Wandel hin zur Säkularität äußert sich darin, dass man sich von einer Gesellschaft entfernt, in der der Glaube an Gott unangefochten war, und

---

<sup>13</sup>Charles Taylor ist ein kanadischer Politikwissenschaftler und Philosoph. Sein bekanntes Werk «*Ein säkulares Zeitalter*» ist Literaturquelle dieser Arbeit.

<sup>14</sup>Paul Zulehner ist ein österreichischer Pastoraltheologe und hat zahlreiche Werke zu pastoraltheologischen sowie religions- und kirchensoziologischen Themen verfasst.

---

zu einer Gesellschaft übergeht, in der dieser Glaube eine von mehreren Optionen neben anderen darstellt. Auch Zulehner (2010:40) erkennt eine Entflechtung von Kirche und Staat in den modernen Gesellschaften. Für ihn verläuft dieser Prozess je nach geschichtlicher Ausgangslage jedoch unterschiedlich.

### 2.1.1 Welt- und Menschenbild

Künkler<sup>15</sup> (2011:1) beschreibt einen zentralen Aspekt, den seiner Ansicht nach alle (post-)modernen Menschen – bei allen biographisch bedingten Variationen und Unterschieden in ihren Weltbildern – gemeinsam haben: «Wer vom Weltbild spricht, der hat die Welt bereits *objektiviert* und sich selbst bereits *subjektiviert*» (Künkler 2011:2f). Für den Soziologen spielt demnach das Selbstverständnis des Menschen, ein Subjekt zu sein, eine zentrale Rolle. Heidegger<sup>16</sup> hatte schon darauf verwiesen, dass mit dem modernen Weltbild der moderne Subjektivismus geboren wurde, und dass das Christentum zu einer bloßen religiösen Erfahrung zusammenschrumpft. Im Gegensatz zu Künkler spielt bei Heidegger bei diesem Prozess – er nennt ihn *Entgötterung* – das Christentum die entscheidende Rolle (:3). Für Künkler (2011:4) wird der göttliche Souverän durch das souveräne, autonome und selbstbestimmte Subjekt abgelöst. Mit Hilfe der Wissenschaft und deren Methoden macht sich das moderne Subjekt die Welt untertan und strebt auf diese Weise die Eroberung und Kontrolle der Natur an.

Taylor (2012:161) geht es darum, dass sich das Motiv für die Auseinandersetzung mit der Natur verändert hat. War das Interesse an der Natur im Spätmittelalter noch ganz auf Gott ausgerichtet, beschäftigen sich die Menschen der Postmoderne vermehrt aus wissenschaftlichen Gründen mit der Natur und mit dem menschlichen Leben. Er sieht diese Entwicklung jedoch nicht negativ, denn für ihn bietet die Natur «einen zweiten Weg zur Begegnung mit Gott, denn sie ist sein Geschöpf». Mit dieser Argumentation gelingt es ihm, Naturwissenschaften und Theologie im modernen Weltbild gleichermaßen zu verankern.

Auch für Beck (2012:92) «bedeutet die Entwicklung der modernen Naturwissenschaften und der Medizin ganz neue Möglichkeiten für einen fruchtbaren Dialog zwischen Naturwissenschaften, Medizin und Theologie». Dies ermöglicht, naturwissenschaftliche und medizinische Erkenntnisse mit theologischen Themen komplementär zusammenzudenken und beispielsweise Fragen über das Leben aus den verschiedensten Perspektiven zu betrachten. Christliche Lebensführung findet dadurch in diesem modernen Weltbild einen angemessenen Platz vor und bekommt die Möglichkeit, sich einer wissenschaftlichen Diskussion zu stellen.

Um nicht den Eindruck entstehen zu lassen, dass das typisch christliche Weltbild, dessen Quelle im biblisch-christlichen Glauben liegt, im heutigen säkularen Zeitalter gänzlich verschwunden sei, soll

---

<sup>15</sup>Tobias Künkler ist ein deutscher Erziehungswissenschaftler und Soziologe. Er arbeitet als Professor für interdisziplinäre Grundlagen der Sozialen Arbeit an der CVJM-Hochschule in Kassel.

<sup>16</sup>Martin Heidegger (1889-1976) war ein deutscher Philosoph. Seine wichtigsten Ziele waren die Kritik der abendländischen Philosophie und die denkerische Grundlegung für ein neues Weltverständnis.

---

noch ein Autor zu Wort kommen, der ein solches christlich geprägtes Weltbild zeichnet. Benke (2007:22f) ist der Überzeugung, «dass sich die letzte Tiefe des Menschseins dort erschließt, wo der Mensch in seiner Beziehung zu Gott in den Blick kommt». Für ihn ist der Mensch ein Wesen der Sehnsucht, weil er nicht nur empfänglich für das Unendliche ist, sondern weil er aus einer inneren Unruhe heraus in allem nach Unendlichkeit strebt.

### 2.1.2 Gesellschaft

Da diese Arbeit das Ziel verfolgt, mögliche Einflüsse der Spiritualität des *Ignatius* auf den einzelnen säkularen Menschen als Teil der Gesellschaft zu untersuchen, macht es sicherlich Sinn, sich mit der Beschaffenheit und den Merkmalen dieser Gesellschaft auseinanderzusetzen. In der Arbeit sind die Gesellschaften Mitteleuropas gemeint.

Betrachtet man die gegenwärtigen Gesellschaftssysteme der westlichen Welt, kann man nach Lefrank (2011:32f) drei gemeinsame Merkmale entdecken: Die *Verführung* durch den Wohlstand bescherte weiten Teilen der Bevölkerung ein immer angenehmeres Leben. Doch das bedeutete in weiterer Folge *Angst* vor einer Rezession, die mit einem möglichen Arbeitsplatzverlust und damit mit Armut in Verbindung gebracht wurde. Immer mehr Menschen sind daher den Anforderungen dieses Systems, in dem sie sich nur mehr als Leistungsträger und als Konsumenten definieren, nicht mehr gewachsen. Der dritte Schritt, die *Gewalt*, ist für die Mitglieder dieser Gesellschaft als wirtschaftliche Bedrohung spürbar. Dieses kapitalistische System hat bis jetzt kein Maß gefunden und damit auch keinen Weg, der Spirale – wachsender Wohlstand, damit wachsende Kaufkraft und damit wachsender Gewinn – zu entkommen.

Auch Anselm Grün<sup>17</sup> (2016:17) sieht den wirtschaftlichen Druck, unter dem heute viele Menschen leiden. Er meint dazu, «es ist nicht die große Perspektive, die heute gefragt ist, sondern der schnelle Erfolg, ohne Rücksicht, was die Folgen für die Schöpfung und für die Menschen [...] auf Dauer sind» (ebd.). Der kurzfristige Erfolg wird durch die Unzufriedenheit der Menschen und durch deren psychischen und physischen Ausbeutung erkaufte. Solche Arbeitsbedingungen, aber auch die ständig zunehmende Ziellosigkeit der Menschen, führen unweigerlich zu einer permanenten Unruhe im Menschen, die auch in seine Freizeit hineinreicht. Eine weitere Ursache für die Ruhelosigkeit unserer Zeit sieht der Benediktinermönch in der Maßlosigkeit, die alles beherrscht. Diese Maßlosigkeit wird besonders in der Werbung sichtbar, die uns treibt, immer noch mehr zu kaufen und immer wieder Neues auszuprobieren (Grün 2016:18-22).

Unsere heutige Gesellschaft lebt in einer Zeit, die durch sehr viele Umbrüche gekennzeichnet ist. Das sind beispielsweise der Verlust von Grundwerten, das Zerbrechen von Beziehungen und Strukturen sowie eine enorme Zeitbeschleunigung und Verdichtung von Zeit. Weiters ist eine nahezu

---

<sup>17</sup>Peter Anselm Grün ist Benediktinermönch der Abtei Münsterschwarzach, deren wirtschaftlicher Leiter er lange Zeit war. Er hat mehr als 300 Bücher geschrieben und hält immer wieder Vorträge und Seminare auf der ganzen Welt.



---

unüberschaubare Zunahme an Informationen feststellbar, die noch durch neue Formen der Kommunikation wie etwa das Internet oder die Handy-Kultur verstärkt werden (Beck 2018:54f).

### 2.1.3 Kirche, Glaube und Spiritualität

In diesem Unterkapitel wird das religiöse Umfeld der postmodernen Gesellschaft aufgezeigt, mit dem die Spiritualität des *Ignatius* konfrontiert ist. Die religiösen Rahmenbedingungen der Postmoderne spielen zweifellos eine wesentliche Rolle, inwieweit die ignatianische Spiritualität auf diese Zeitepoche übertragbar ist, und ob sie dem sinnsuchenden Menschen der postmodernen Gesellschaft Lösungsansätze für eine erfüllte Lebensführung anbieten kann.

Das Glaubensverständnis des postmodernen Menschen hat sich besonders durch den Einfluss der Wissenschaft sehr stark verändert. Künkler meint dazu Folgendes:

Das moderne christliche Subjekt versteht [...] Glaube nicht als Beziehungsbegriff, als Ausdruck für eine Vertrauensbeziehung, sondern subjektivistisch (als tiefsitzende Überzeugung) und/oder objektivistisch (als objektives Wissen, als Für-wahr-halten bestimmter Glaubenssätze). So wie ideengeschichtlich das unveränderbare Kernselbst die Seele als zentrale Instanz ablöst, so ist die heute weithin gängige christliche Anthropologie und dementsprechend auch Soteriologie und Eschatologie ausgerichtet auf das unveränderbare Kernselbst bzw. die unveränderliche Seele, die den Tod übersteht (Künkler 2011:17).

Daraus lässt sich erkennen, dass mit der Wertschätzung des Individuums das biblische Heil auf das Individuum reduziert wurde. Wird Glaube so verstanden, ist eine Beziehung zwischen Gott und Mensch nicht mehr möglich – aus christlicher Sicht eine ganz negative Entwicklung.

Durch den Individualismus ergeben sich auch in der Praxis Probleme. Es ergeben sich Schwierigkeiten in Bezug auf die Etablierung verbindlicher Gemeinschaften sowie in der Forcierung der Konkurrenzdy- namik zwischen Gemeinden. Doch der Individualismus kann und sollte bei allen Nachteilen und Problemen nicht rückgängig gemacht werden, geschweige denn eine Rückkehr zum Kollektivismus stattfinden (Künkler 2011:17-19).

Ein weiteres konstitutives Merkmal der säkularen Gesellschaft «versteckt» sich im Begriff *Pluralismus*. Für Karl Rahner<sup>18</sup> ist mit den 60er Jahren der Pluralismus neben der zunehmenden Bedeutung der rational-technischen Wissenschaften für den glaubenden Menschen zu einer immer größeren Herausforderung geworden (Zahlauer 1996:318). Soziologisch gesehen sieht er gemeinsam mit Greinacher<sup>19</sup> die Merkmale einer pluralistischen Gesellschaft hauptsächlich in einer wachsenden Arbeitsteilung, in einer mehrfachen Rollenübernahme des Individuums sowie in der Auseinandersetzung mit einem ständig wachsenden Werteangebot. Weit wichtiger ist für ihn jedoch, welche Aufgaben und Anfragen die neue Situation an die Theologie stellt. Die größten Herausforderungen, mit denen wir als Christen fertig zu

---

<sup>18</sup>Karl Josef Rahner (1904-1984) war ein deutscher katholischer Theologe und gilt als einer der bedeutendsten Theologen des 20. Jahrhunderts.

<sup>19</sup>Norbert Greinacher ist ein katholischer Theologe und studierte zusätzlich Philosophie und Soziologie.

---

werden haben, sah Rahner in einem Pluralismus der Religionen (:319). Seiner Ansicht nach führt dies zu einer Radikalisierung der Glaubensfrage. Der Theologe sah jedoch darin auch eine Chance für den wirklichen Vollzug des Glaubens:

Eine pluralistische Gesellschaft, in der der kirchlich gesellschaftliche 'Glaube' nicht mehr selbstverständlich und nicht mehr gesellschaftlich vorteilhaft ist, stellt den Menschen immer aufs neue[sic] vor die entscheidende Frage, ob er diesen kirchlich gesellschaftlichen Glauben [...] wirklich aus der Tiefe des eigentlichen theologischen Glaubens heraus vollziehen wolle [...] (:320).

In der heutigen pluralistischen Gesellschaft, in der es eine Vielzahl von spirituellen Angeboten gibt, aus denen der nach Glück und Lebenserfüllung suchende Mensch wählen kann, muss sich also der Einzelne ganz bewusst für eine bestimmte Option entscheiden.

Für Sierszyn<sup>20</sup> (2019:849) äußert sich der theologische Pluralismus in einer völligen Liberalität gegenüber Positionen links der Mitte und durch eine ebenso große Diskriminierung biblisch-reformatorischer oder evangelikaler Gruppierungen. Dies hat zur Folge, dass es wie schon im 19. Jh. zu ideologischen Überfremdungen des Evangeliums kam. Bei grundlegenden Fragen der Ethik wie beispielsweise der Abtreibung, der Homosexualität oder der Mission wurde eine Allianz zwischen reformatorischen und evangelikalen Gruppierungen sowie der katholischen Kirche geschlossen (ebd.).

Die kurze Auseinandersetzung mit dem Begriff *Pluralismus* – insbesondere mit dem *theologischen Pluralismus* – zeigte, dass er neben seinen negativen Auswirkungen, auch durchaus imstande ist, neue Chancen für das moderne Subjekt zu eröffnen.

Nun soll das Augenmerk auf die Kirchen gerichtet werden, wie es ihnen im heutigen säkularen Zeitalter der Individualität und des Pluralismus ergeht. Dabei soll der Fokus darauf gerichtet werden, welche Auswirkungen das heutige Zeitalter auf Religion und Kirche ausübt, wie Kirchen darauf reagieren und welche Konsequenzen sie daraus ziehen.

Die Prophezeiung der Religionssoziologen seit den 70er Jahren – Religion und Spiritualität werden in der modernen westlichen Gesellschaft in den nächsten Jahrzehnten verschwinden – erwies sich als falsch. Die Religion hat sich weder aufgelöst, noch hat sie einen Bedeutungsverlust hinnehmen müssen. Vieles deutet darauf hin, dass Religion *das* Thema wird, eine eigene Dynamik entwickelt und sich der modernen Gesellschaft anpasst. In dieser offenen, nicht kirchlichen Form von Religion und Spiritualität geht es vor allem um den Wunsch nach einem spirituellen Erlebnis, bei dem man sich wohlfühlen kann und das gut tut. In diesem Kontext wird häufig der Begriff *Respiritualisierung* verwendet: Es handelt sich dabei um eine Bewegung, die das innere spirituelle Erlebnis sucht, bei dem Bezüge zur Außenwelt unerwünscht sind. Als weitere Merkmale der Respiritualisierung werden Ganzheitlichkeit, der Protest gegen die Vorherrschaft des Intellekts und der Vernunft sowie Szene und Event genannt. Durch Letztere

---

<sup>20</sup>Armin Sierszyn ist ein Schweizer Theologe und Priester  
© IGW

---

werden diese Religion organisiert und sie gewährleisten auch ein gewisses Gemeinschaftsgefühl. In dieser Art gelebten Religion lässt sich eine institutionelle und kirchliche Religiosität nur schwer unterbringen. Es ist daher nicht verwunderlich, dass kirchliche Religiosität, empirisch-statistisch gemessen, abnimmt (Benke 2007:8-10). Den oben skizzierten Entwicklungsprozess des Theologen kann man aus zumindest zwei Gründen nachvollziehen: Einerseits sind die oben geschilderten Merkmale einer Respiritualisierung im täglichen Leben fortwährend sichtbar und erfahrbar, und andererseits lässt er sich durch die permanenten Kirchenaustritte in den Amtskirchen ganz leicht belegen.

Zulehner (2010:39) möchte die spirituelle Dynamik in säkularen Kulturen sozialwissenschaftlich und anthropologisch deuten. Er verweist zunächst auf die Säkularisierungstheorie der 70er Jahre, die die kirchlichen und religiösen Entwicklungen in Europa mit dem Axiom deutete: «Je moderner, desto säkularisierter» (ebd.). Der Theologe geht mit dieser Theorie insofern konform, dass er ebenso den Einfluss der religiösen Institutionen – bedingt durch die teilweise Übertragung der Zuständigkeit auf verschiedene Lebensbereiche (Politik, Wirtschaft und Arbeit oder Bildung) – gemindert sieht. Dies hat zur Folge, dass es dadurch zu einer «Emanzipation» wichtiger gesellschaftlicher Bereiche aus einer bevormundeten Gestaltungsmacht der Kirchen kommt. Der Einfluss der Religion ändert jedoch auch die Deutung und Gestaltung des privaten Lebens sehr tiefgreifend. Galt Religion bislang als ein unentrinnbares *Schicksal*, so ist diese für den modernen Menschen ein Thema individueller *Wahl* geworden. Religions- und kirchenbezogene Daten belegen, dass viele Menschen von diesem freiheitlichen Grundrecht sehr häufig Gebrauch machen – Kirchenmitglieder sind somit mobil geworden (:40f). Die Deutung moderner Gesellschaftsentwicklung als Säkularisierung sieht der Pastoraltheologe somit nicht bestätigt (Zulehner 2010:42). Er betont jedoch gleichzeitig, dass es in den modernen Gesellschaften nach wie vor *säkularisierende* Kräfte gibt und auch ein Teil der Bevölkerung säkularisiert lebt – im Stil des «Lebens als letzte Gelegenheit». Doch der Bedeutungsverlust der Religion und Kirchen stellt keinen einheitlichen Prozess dar, sondern er kann – je nach geographischer Lage, nach historischem Hintergrund und nach Konfessionszugehörigkeit – ganz unterschiedlich verlaufen. Zulehner (:92) rät den Kirchen in Bezug auf die Entwicklung ihrer spirituellen Kraft, nicht alleine auf Rituale zu setzen, sondern diese sollten verstärkt in allen kirchlichen Lebensvorgängen – wie beispielsweise in der Verkündigung, in der Predigt oder in der Diakonie – ihren festen Platz innehaben. Dadurch würden die kirchlichen Gemeinschaften an Qualität gewinnen und so für die Suchenden attraktiver werden.

Zulehner zeichnet für die Kirchen – was ihre Zukunft betrifft – keinesfalls ein düsteres Bild. Er sieht wohl die großen Herausforderungen für die Kirchen, aber gleichzeitig konstatiert er auch neue Chancen, die der Säkularisierungsprozess den Kirchen eröffnet. Kirchliche Gemeinschaften sollten versuchen, dem Bedürfnis der Menschen nach Spiritualität gerecht zu werden. Es wäre wünschenswert, wenn sie bei ihren spirituellen Angeboten stärker auf die ignatianische Spiritualität zurückgreifen würden.

## 2.2 In der Zeit des Ignatius

---

In diesem Abschnitt soll die Zeit des Spätmittelalters untersucht werden. Der Fokus wird dabei auf die gleichen Lebensbereiche wie im Vorkapitel gerichtet.

### 2.2.1 Welt und Menschenbild

Für die Menschen des Spätmittelalters war es ganz wesentlich, «daß [sic] so viele Merkmale der damaligen Welt für den Glauben sprachen und dafür sorgten, daß [sic] es unmöglich erschien, die Gegenwart Gottes zu bestreiten» (Taylor 2012:51). Diese natürliche Welt war für die Menschen ein Beleg für die Absichten und Handlungen Gottes, und daher wurden alle großen Ereignisse innerhalb dieser natürlichen Ordnung als Handlung einer höheren Gewalt verstanden. Ein weiteres Merkmal, die vorzeitliche Welt zu beschreiben, sieht Taylor (:52) in einer *verzauberten*<sup>21</sup> Welt. Diese in diesem Sinne verzauberte Welt war die Welt der Dämonen, der Geister und der moralischen Kräfte, in der unsere Vorfahren lebten. Menschen, die in einer solcher Welt lebten, glaubten nicht an den Gott des Abrahams, wie die Existenz vieler heidnischen Gesellschaften zeigen. In der Weltanschauung der europäischen Bauern um 1500 war der christliche Gott der Garant dafür, dass das Gute siegen werde oder zumindest die zahlreichen Kräfte der Finsternis in Schach hält. Es gab daher keine klare Trennungslinie zwischen personaler Handlungsfähigkeit und nicht personalen Kräften (ebd.). Daher beschreibt Taylor (2012:34) den Hintergrundrahmen, in dem man an Gott glaubte oder nicht glaubte, als einen Zustand, in dem die Menschen der christlichen Welt *naiv* im Rahmen einer theistischen Deutung lebten. Beck (2018:92f) äußert sich zur Denkweise der Menschen im Mittelalter folgendermaßen: «Im Mittelalter ging es denkerisch noch um die innere Einheit des Menschen». Er verweist in diesem Kontext auf Thomas von Aquin, der den Menschen als eine Leib-Seele-Einheit dachte.

Die kurze Auseinandersetzung mit dem Welt- und Menschenbild des Mittelalters zeigten sehr gravierende Unterschiede gegenüber den (pluralistischen) Sicht- und Denkweisen des modernen Subjekts auf. Man kann fest davon ausgehen, dass *Ignatius* – und somit auch seine Exerzitien – stark vom Welt- und Menschenbild seiner Zeit geprägt war.

### 2.2.2 Gesellschaft

Schon bloß die Existenz der mittelalterlichen Gesellschaft hing mit Gott zusammen. Von einem Königreich konnte man sich gar nichts anderes vorstellen, als dass es auf etwas Höherem gegründet sein müsse und nicht allein auf menschliche Handlungen. Darüber hinaus waren viele Bereiche der Gesellschaft wie beispielsweise die Kirchengemeinde oder die Zünfte mit kirchlichen Riten und Zeremonien verknüpft. So konnte man gar nicht umhin, Gott überall zu begegnen (Taylor 2012:51f).

---

<sup>21</sup>Taylor verwendet den Begriff *verzauberte Welt* zur Beschreibung der vorzeitlichen Situation. Er beruft sich dabei auf die Negation dieses Ausdrucks, den von *Max Weber* eingeführten und zur Kennzeichnung der modernen Situation benutzten Begriff „*Entzauberung*“ (Taylor 2012:52).  
© IGW Franz Simon Mai 2022

---

In der katholischen Welt des Mittelalters bestand ein auf der Komplementarität der Hierarchien basierendes Gleichgewichtsverhältnis. Die Organisation der Gesellschaft sah in der Praxis daher so aus: Die Geistlichen beteten für alle, die Herren verteidigten alle und die Bauern arbeiteten für alle. Die verschiedenen Funktionen waren zwar komplementär, aber trotzdem mit ungleicher Würde versehen (:85). Für die damaligen gläubigen Gesellschaftsmitglieder waren die Kirche und die Bibel die wesentlichen Orientierungsmaßstäbe für deren Lebensgestaltung (Lefrank 2009:235).

### 2.2.3 Kirche, Glaube und Spiritualität

Die spätmittelalterliche Gesellschaft war von einem sehr komplexen «Gärungsprozess» gekennzeichnet. Der Kartäusermönch Petrus von der Leyden äußerte sich zur Situation der Kirche um 1530 so: «Von der Fußsohle bis zum Scheitel ist an der Kirche nichts mehr heil» (Köster 2017:15). Einerseits hatten die Kirchen einen erheblichen Anteil am Verfall von Sitte und Moral, andererseits war in den verschiedenen Orden und religiösen Bewegungen tiefgreifende Frömmigkeitsformen festzustellen. Großen Anteil hatten hier besonders die Volksprediger der großen Reformorden. Sie beeinflussten auch das Leben in den Städten (ebd.). Auch für Zimmerling (2017:51) stellen sich Frömmigkeit und Spiritualität im Spätmittelalter in zwei völlig unterschiedlichen Erscheinungsformen dar. Er verweist dabei auf Johan Huizingas<sup>22</sup> klassische Darstellung in dessen Werk *Herbst des Mittelalters*:

«[Diese] konstatierte einerseits eine ganz mit Religion durchtränkte Gesellschaft, in der der Glaube etwas Selbstverständliches und die Fähigkeit zu religiöser Inbrunst ausgeprägt waren, in der auf der anderen Seite aber auch eine Überwucherung der Religion mit Äußerlichkeiten und eine Neigung zur Vulgarisation des Heiligen, zur Übertreibung, Naivität und Ehrfurchtslosigkeit im Umgang mit Religion und Kirche festzustellen sind»(ebd.).

In diesem Zitat steht vor allem der «herbstliche», der absterbende Charakter spätmittelalterlicher Frömmigkeit im Vordergrund. Es gibt jedoch auch Studien, die ein weitaus positiveres Zukunftsbild dieser epochalen Frömmigkeit zeichnen. Diese sehen in der Frömmigkeit «die [...] angelegten Potenziale wie die nahezu geschlossene Kirchlichkeit, die gesteigerte Heilssehnsucht und Heilsangst sowie die Tendenz zur Verinnerlichung (:51)». Trotz der unterschiedlichen Bewertungen von Kirche und Glaube im Spätmittelalter besteht in der Forschung ein überwiegender Konsens, was die Auslöser der *Reformation* betrifft: Die Reformation wird nicht vorwiegend als Reaktion auf die Defizite spätmittelalterlicher Frömmigkeit, Theologie und Kirche gesehen, sondern viel eher darin, dass viele Menschen nach einer überzeugenden Antwort auf ihre persönliche Heilssehnsucht suchten (ebd.).

In der Gegenreformation entwickelte die römisch-katholische Kirche Mittel zur Bekämpfung der protestantischen Reformation, um deren Einfluss zu begrenzen. Es ging ihr dabei jedoch nicht allein um eine Reaktion auf die protestantische Reformation, sondern auch um das Ziel, sich auch selbst von innen

---

<sup>22</sup>Johan Huizinga war ein niederländischer Historiker. Sein Werk *Herbst des Mittelalters* erschien auf Deutsch erstmals im Jahr 1924.

---

heraus zu reformieren. Die Bewegung zugunsten einer Reform innerhalb der römisch-katholischen Kirche wurde sehr stark durch die Erneuerung vieler älterer und der Gründung neuer Orden, wie des Jesuitenordens belebt (McGrath 2013:62f). Hier wird deutlich sichtbar, wie Ignatius als Gründer des Jesuitenordens am geistlichen Umbruch des Spätmittelalters involviert war. Der Jesuitenorden war das stärkste Instrument der Gegenreformation und ein riesiges Machtpotenzial der Papstkirche. Den praktischen Erfordernissen der päpstlichen Kirche entsprechend, zählten folgende Bereiche zu den Hauptaufgaben des Ordens: Übernahme des Unterrichts in den katholischen Ländern, Heiliger Krieg gegen lutherische Ketzerei und individuelle Seelsorge vorwiegend an Fürstenhöfen (Sierszyn 2019:598f).

McGrath (2019:54f) sieht die Bedeutung der Reformation und der Gegenreformation in den sozialen und politischen Auswirkungen, in der Geburt des konfessionellen Europas, in der Konsolidierung beider kirchlicher Ausrichtungen, der Intensivierung religiöser, sozialer und moralischer Kontrolle durch weltliche und kirchliche Obrigkeiten und der Entstehung der Religionskriege. Die Reformbewegungen des Spätmittelalters bahnten dem *Pietismus* und der *Aufklärung* den Weg – kirchengeschichtlich gesehen war das gleichzeitig der Beginn der Neuzeit. Obwohl der herzgläubige Pietismus und die vernunftorientierte Aufklärung sehr gegensätzliche Größen darstellten, gab es auch Gemeinsamkeiten: Überwindung der Orthodoxie und des Konfessionalismus sowie die Betonung der Individualität und der persönlichen Glaubensfreiheit (Sierszyn 2019:629).

### **2.3 Gegenüberstellung: Kirche, Glaube und Spiritualität**

Im Spätmittelalter war Gott in allen Lebensbereichen permanent präsent und daher schien es fast unmöglich, nicht an diesen Gott zu glauben. Die Welt wurde als göttliche Ordnung verstanden. Alle großen Ereignisse aber auch das persönliche Handeln wurden auf Gott zurückgeführt. Der mittelalterliche Glaube war aber mit vielen Ängsten besetzt, weil man vielfach an die Bedrohung durch Dämonen und Geister glaubte (Taylor 2012:51f). Anders im säkularen Zeitalter: Hier wird der göttliche Souverän durch das souveräne, autonome und selbstbestimmte Subjekt abgelöst. Mit Hilfe der Wissenschaft macht sich das moderne Subjekt die Welt untertan (Künkler 2011:4).

Ein weiterer wesentlicher Unterschied zwischen Mittelalter und Neuzeit liegt auch darin, dass im Mittelalter eine Einheitsreligion vorherrschte, während die Moderne von einem Pluralismus der Werte und der Religionen geprägt ist. Die christliche Religion ist daher heute nur mehr eine von vielen Optionen.

Die Amtskirchen mussten besonders in den letzten Jahrzehnten hohe Bedeutungsverluste hinnehmen. Ein ganz wesentlicher Grund dafür liegt an der «neuen» Spiritualität. Bei dieser Spiritualität geht es vor allem um den Wunsch nach einem inneren spirituellen Erlebnis, bei dem man sich wohlfühlen kann. In diesem Kontext wird häufig der Begriff *Respiritualisierung* verwendet, der sich durch weitere Merkmale definiert: Ganzheitlichkeit, unerwünschte Beziehungen zur Außenwelt, Protest gegen die Vorherrschaft

---

des Intellekts und der Vernunft sowie Szene und Event (Benke 2007:8-10). Mit dieser Art von Spiritualität können die Amtskirchen in der Postmoderne jedoch (leider) kaum dienen.

Es ist jedoch nicht angemessen, ein allzu düsteres Bild über die Zukunft von Religion und Spiritualität zu zeichnen. Denn die gewaltigen Veränderungen der Moderne und besonders der Postmoderne haben nicht nur Bedrohungen und negative Entwicklungen mitsichgebracht, sondern sie bieten gleichzeitig auch viele neue Chancen.

---

## 3 IGNATIUS VON LOYOLA

Am Beginn dieses Hauptkapitels sollen zunächst die prägenden Einflüsse und wesentlichen Ereignisse aus dem Leben des *Ignatius* grob skizziert werden. Danach werden die Exerzitien des *Ignatius* dargestellt. Im Anschluss daran werden die spirituellen Aspekte der Exerzitien herausgefiltert und systematisiert. Als Literaturquellen dienen dabei die Primärquellen *Ignatius von Loyola – Bericht des Pilgers*<sup>23</sup> und *Ignatius von Loyola – Geistliche Übungen*<sup>24</sup> sowie einige Werke aus der Sekundärliteratur.

### 3.1 Aus dem Leben des *Ignatius*

#### 3.1.1 Geschichte und Person

*Ignatius* – sein ursprünglicher Name war Inigo Lopez de Onaz y Loyola – wurde auf Schloss Loyola im Baskenland im Jahr 1491 geboren. Die Familie Loyola war ein altes Rittergeschlecht, das seit Jahrhunderten treu zu den Königen von Kastilien gestanden war. Die Familie Loyola war immer schon mit dem kirchlichen Leben und dem katholischen Brauchtum der Zeit verbunden (Kiechle 2007:11-16).

Da die Taufregister der Pfarrei nicht erhalten sind, gibt es kaum gesicherte Angaben über die Kindheit des *Ignatius*, auch nicht im *Pilgerbericht*.<sup>25</sup> Vieles erschließt man aus den Informationen, welche die Amme des *Ignatius* anlässlich seiner Seligsprechung zu Protokoll gab (Kiechle 2007:11).

*Ignatius* war das jüngste von dreizehn Kindern. Da seine Mutter bald nach seiner Geburt verstarb, wurde er einer Amme übergeben. Die Mutterstelle für *Ignatius* übernahm die Frau seines älteren Bruders. Das war für ihn auch der Beginn einer höfischen Erziehung. Mit vierzehn Jahren wurde er an den Hof des Don Juan Veazquez De Cuella geschickt, wo er für eine höfisch-ritterliche Laufbahn ausgebildet wurde. Weiters wurde für *Ignatius* eine entfernte Tante zu einer wichtigen Bezugsperson. Durch sie kam er erstmals mit den franziskanischen Wertvorstellungen in Berührung. Nach einigen Jahren kam *Ignatius* zu einem neuen Dienstgeber, zu Don Antonio Manrique de Lara. In der Schlacht von Pamplona 1521 wurde er schwer an beiden Beinen verletzt (Loyola Pilgerbericht Einführung 3).

Auf seinem Krankenbett las *Ignatius* geistliche Erbauungsbücher. Bald machte er die Erfahrung, weltliche Gedanken machen unzufrieden und traurig, geistliche Gedanken dagegen froh. Hier ist die ignatianische Lehre der *Unterscheidung der Geister* biographisch grundgelegt. Aus seinem asketischen Über-eifer resultierte ein geistiges Leistungsdenken mit aller Eitelkeit und Ehrsucht. Nach seiner Genesung legte er auf dem Berg Montserrat im dortigen Benediktinerkloster eine Lebensbeichte ab. Hier kam *Ignatius* auch mit einer aus den Niederlanden stammenden spirituellen Bewegung in Berührung, der *Devotio Moderna* («Neue Frömmigkeit»). In dieser Bewegung wurde besonders auf ein frommes Leben

---

<sup>23</sup>Im *Bericht des Pilgers* (übersetzt von Peter Knauer) schildert *Ignatius* die äußerlich und innerlich bewegteste Zeit seines Lebens.

<sup>24</sup>Die *Geistlichen Übungen* wurden von *Ignatius* verfasst und erstmals 1548 in lateinischer Sprache publiziert. Die Übersetzung von Peter Knauer folgt dem spanischen Autograph, das mit handschriftlichen Verbesserungen des *Ignatius* versehen ist.

<sup>25</sup>Auch der *Pilgerbericht* beginnt erst mit der Verwundung des *Ignatius* im Jahre 1521. Um diesen Bericht richtig einordnen zu können, wird diesem, ein Überblick auf seine Kindheit und Jugend vorangestellt (Loyola *Geistliche Übungen*, Einführung 3).



---

auf der Basis einer persönlichen Meditation und der Heiligen Schrift Wert gelegt. Vermutlich nahm er Anregungen daraus, die sein ganzes Leben befruchteten. Der nachfolgende Aufenthalt in Manresa, einem Städtchen in der Nähe des Montserrats, wurde für ihn zu einer Zeit der geistlichen Reifung (Kiechle 2007:25-30).

Im Jahr 1523 verwirklichte *Ignatius* seinen langgehegten Wunsch, eine Pilgerreise nach Jerusalem zu machen. Sein Plan, für immer in Jerusalem zu bleiben, wurde jedoch vom Franziskanerorden<sup>26</sup> aus Sorge um ihn durchkreuzt (Kiechle 2007:36-38). Nach seiner Rückkehr wollte er Priester werden. Daher studierte er in Barcelona, Alcala, Salamanca und Paris Philosophie und Theologie. Wegen der Erteilung von Exerzitien, seines Apostolats sowie seiner Lebensweise musste er zweimal ins Gefängnis. Seine Lehre wurde in den Prozessen aber nie verurteilt. *Ignatius* schloss seine Philosophiestudium ab, sein Theologiestudium in Paris brach er jedoch wegen gesundheitlicher Probleme ab und kehrte wieder in seine baskische Heimat zurück (Kiechle 2007:39-46).

Schon zuvor hatten sich in Paris sechs Gefährten *Ignatius* angeschlossen. Auf dem *Montmartre*<sup>27</sup> legten sie ein Gelübde ab: «Sie wollten arm und keusch leben und nach Jerusalem fahren oder, falls dies nicht möglich sein sollte, sich in Rom dem ‘Stellvertreter Christi’ zur Verfügung stellen» (Kiechle 2017:54f). Die Reise nach Jerusalem kam nicht zustande und daher stellten sich die Gefährten 1538 dem Papst formell zur Verfügung. Ein Jahr zuvor durften sich die Gefährten mit Erlaubnis von Rom in Venedig zu Priestern weihen lassen. Im Jahre 1540 bestätigte Papst Paul III. die Gründung der Gesellschaft Jesu – der Jesuitenorden war somit aus der Taufe gehoben. Ein Jahr später wurde *Ignatius* von den Gefährten einstimmig zum Generaloberen gewählt. Unter seiner Führung erlebte der Orden in den folgenden Jahren ein explosionsartiges Wachstum. Trotz seiner immer wieder auftretenden Krankheit entwickelte er eine fruchtbare apostolische Tätigkeit. Konkret sichtbar wurde diese in der Errichtung zahlreicher sozialer Einrichtungen, aber auch in der Schaffung vieler neuer Bildungseinrichtungen. Wieder einmal schwer erkrankt, starb *Ignatius* 1556 in Rom (Kiechle 2007:54-70).

### 3.1.2 Geistliches Portrait

In knapper Form soll an dieser Stelle die geistliche Entwicklung des *Ignatius* sowie deren Einfluss auf sein religiöses und soziales Handeln dargestellt werden. Als Literaturquelle wird das Werk «*Ignatius von Loyola: Leben-Werk-Spiritualität*» von Stefan Kiechle verwendet, weil der Autor darin die geistliche Entwicklung des *Ignatius* sehr prägnant zusammenfasst.

Die Wandlung im Leben des *Ignatius* hängt damit zusammen, dass er sich seiner persönlichen Defizite immer mehr bewusst wurde. Durch seine geistliche Bekehrung wurde ihm klar, dass Stolz und Eitelkeit,

---

<sup>26</sup> Die kirchliche Oberhoheit über die Katholiken im Land, lag schon seit einigen Jahrhunderten in den Händen des Franziskanerordens (Kiechle 2007:38).

<sup>27</sup> *Montmartre* ist ein Hügel nördlich von Paris.

Ehre und persönlicher Ruhm sowie Willensstärke, sich mit einem Leben mit Gott nicht vereinbaren lassen. Diese geistliche Einsicht hatte zur Folge, dass *Ignatius* von diesem Zeitpunkt an die geistlichen Tugenden viel höher bewertete als die leiblichen Vorzüge (Kiechle 2007:71-74). Seine ausgeprägte Persönlichkeit änderte sich

«vom Karrieristen [...] zum geistlichen Führer, [...] vom Individualisten zum Gefährten und Freund; vom Eremiten zum Kirchenmann und Ordensgründer; vom radikalen Asketen [...] zum Apostel» (Kiechle 2007:72f).

Er sah von nun an «die äußeren Umstände immer als Fügung Gottes [an]» und begriff daher seine «oft schmerzhaften Eingriffe in sein Leben als Akte göttlicher Pädagogik» (Kiechle 2007:71). Die enge Verbundenheit mit Gott lässt sich auch in der Glaubenspraxis des *Ignatius* erkennen. Als wesentliche Elemente sind hier das Gebet, die Gewissenserforschung, die Messe und die Kommunion zu nennen. Die Eucharistie betrachtete *Ignatius* als wichtigsten Ort seiner Gottesbegegnung. Beeindruckend ist auch seine pragmatische Gottesbeziehung: Er besprach unmittelbar mit Gott «konkrete Erfahrungen und alltägliche Nöte [...], um herauszufinden, was Gottes Wille sei» (Kiechle 2007:75).

Auch im Umgang mit seinen Mitmenschen wird die geistliche Entwicklung des *Ignatius* deutlich sichtbar. Sein ganzes soziales und missionarisches Engagement schrieb *Ignatius* alleine dem Wirken Gottes zu. Ihm zog es immer mehr zu den leidenden und armen Menschen. Er und seine Freunde gingen immer wieder in die Hospitäler, um die Kranken zu pflegen. Darin sah er einen zweifachen Nutzen: die Hilfe für die Notleidenden und die positiven geistlichen Auswirkungen auf die Seelsorger (:77). Was die Mystik und die Spiritualität des *Ignatius* betrifft, meint Kiechle:

Seine Mystik ist mehr eine Mystik der Begegnung und des Dialogs. Aus der Gottesbegegnung gestaltet er seinen Alltag und sein Tun. Seine Spiritualität war ganz auf den Dienst an den Menschen und auf die tatkräftige Gestaltung der Welt hin ausgerichtet und wird bisweilen «Mystik der Tat» oder «Mystik der Freiheit» genannt (Kiechle 2007:79).

Kiechle macht hier deutlich, wie *Ignatius* aus seiner Gottesbeziehung Kraft schöpft, sein Tun auf den Dienst am Nächsten auszurichten.

Schließlich war *Ignatius* auch Manager eines weltweiten Unternehmens, das er mit großem Geschick von der römischen Zentrale aus leitete. Für den Betrachter ist es daher oft schwierig zu verstehen, wie *Ignatius* diese unterschiedlichen Rollen gleichzeitig ausüben konnte (:79).

Die kurze Darstellung des geistlichen Portraits von *Ignatius* sollte seine geistliche Reifung im Verlaufe seines Lebens aufzeigen und wie sehr diese auch zu einer großen Veränderung seines religiösen Handelns führte.

## 3.2 Exerzitien

*Ignatius* hat mit seinen Exerzitien kein theoretisches Konstrukt – das war auch nie seine Absicht – geschaffen, sondern sie beschreiben schlichtweg seine eigenen Erlebnisse und speziell seinen persönlichen Weg zu Gott. Er hat seine ständig wachsenden geistlichen Erfahrungen über seine Gottesbeziehung und seiner Beziehung zum Nächsten akribisch festgehalten. Da *Ignatius* seine Erfahrungen auch anderen Mitmenschen zugänglich machen wollte, «goss» er diese in ein entsprechendes Konzept. Das Ergebnis sind seine *Geistlichen Übungen*, mit deren Hilfe sinnsuchende Menschen den persönlichen Glaubensweg des Ignatius nachgehen können.

### 3.2.1 Äußere Formen und Inhalte der Exerzitien

Zunächst soll der Frage nachgegangen werden: *Was sind Geistliche Übungen* überhaupt? *Ignatius* schreibt dazu im Exerzitienbuch<sup>28</sup> Folgendes:

Unter diesem Namen «geistliche Übungen» ist jede Weise, das Gewissen zu erforschen, sich zu besinnen, zu betrachten, mündlich und geistig zu beten, und andere geistlichen Betätigungen zu verstehen» (EB 1).

Schon mit der Bezeichnung *Geistliche Übungen* signalisiert *Ignatius*, dass es sich um einen geistlichen Übungsweg handelt, der näher zu Gott führen soll. Er nennt hier einige geistliche Mittel – sie werden teilweise konkret genannt, tragen aber zum Teil auch eine sehr allgemeine Bezeichnung – mit denen dieser Weg erfolgreich bestritten werden kann.

Für *Ignatius* besteht das *Ziel der Geistliche Übungen* zunächst darin, überhaupt zu geistlichen Übungen zu motivieren. Aber weiter heißt es in der Einleitung des EB auch:

Dann aber gibt das Buch auch eine «Weise und Ordnung» für strukturierte «Geistliche Übungen» an, in denen es letztlich darum geht, zu einer alle Schichten der Person durchdringenden Vertiefung des Glaubens an Jesus Christus zu führen (Loyola, EB Einleitung).

*Ignatius* möchte mit seinen Geistlichen Übungen seinen Mitmenschen einen klar strukturierten Glaubensweg anbieten.

Ein ganz wesentliches Ziel der Geistliche Übungen besteht darin, eine persönliche Beziehung zu Gott aufzubauen. Für Kiechle (2007:93) besteht das Ziel der Geistlichen Übungen des *Ignatius* darin: «[Sie] wollen [...] die Beziehung zu Gott vertiefen, vor allem durch Meditation, Betrachtung und Gebet», mit dem Ziel, «Gottes Nähe und seine Liebe, seine Barmherzigkeit und Treue sollen *erfahren* werden» (ebd.). Außerdem sollen die Exerzitanten ihr Leben neu ordnen und zukünftig ihr Handeln mehr von christlichen Werten bestimmen lassen. Sie beschäftigten sich verstärkt mit der Ethik Jesu, um ihre eigene Lebensgestaltung an dieser ausrichten zu können (:93). Ganz ähnlich sehen auch Köster und Gertler die Ziele Geistlicher Übungen<sup>29</sup>.

<sup>28</sup>Wenn aus den Geistlichen Übungen des Ignatius von Loyola zitiert wird, wird Exerzitienbuch mit EB abgekürzt und mit der entsprechenden Hauptnummerierung versehen. Außerdem geben die kleinen hochgestellten Ziffern die Verseinteilung an.

<sup>29</sup>Vgl. Köster (2017:20) und Gertler (2006:375).

---

Bezüglich der Ziele von Exerzitien kann man daher Folgendes zusammenfassen: Wenn Menschen dazu bereit sind, einen ganz speziellen Weg der Gottessuche zu erproben, bieten sie die Möglichkeit, den zeitlich abgegrenzten und strukturierten Exerzitien-Prozess zu durchlaufen. Ein wesentliches Ziel liegt jedoch auch darin nach dem Abschluss der Exerzitien diese neue geistliche Lebensorientierung in den Alltag mitzunehmen und das künftige Leben als einen lebenslangen Exerzitien-Prozess zu betrachten.

Am Ende dieses Unterkapitels sollen noch verschiedene *Arten von Exerzitien* aufgezeigt werden. Zunächst kann man Exerzitien ganz grob in zwei Kategorien unterteilen, nämlich in *geschlossene oder ganze Exerzitien* und in *Exerzitien des Alltags*. Bei den geschlossenen Exerzitien ziehen sich die Exerzitanten an einen Ort, der außerhalb ihres gewöhnlichen Lebensraumes liegt – das kann beispielsweise ein abgeschiedenes Haus oder ein Kloster sein – zurück. Dort können sie sich einige Tage oder Wochen ganz den Geistlichen Übungen widmen. Bei den Exerzitien im Alltag werden die Übungen in der gewohnten Umgebung parallel zu der alltäglichen Beschäftigung praktiziert (Harms<sup>30</sup> 2011:39-41). Für Kiechle (2007:113f) haben die geschlossenen Exerzitien einerseits den Vorteil, dass «man durch den Alltag und seinen Lärm [nicht] vom inneren Weg abgelenkt wird, andererseits haben sie aber auch den Nachteil, dass sie «im Alltag allzu schnell verpuffen und auf längere Sicht wenig Wirkung zeigen» (Kiechle 2007:113f). Ein Blick auf die frühere Praxis der ignatianischen Exerzitien zeigt, dass auch *Ignatius* nicht nur geschlossene, sondern auch *leichte* und *offene* Exerzitien angeleitet hat<sup>31</sup>. Ihm ging es dabei vorwiegend darum, die Exerzitien auf das Alter und die Bildung der Teilnehmer anzupassen, um sie dadurch auch einfacheren Menschen anbieten zu können (Harms 2017:41f). Hinsichtlich der Anzahl der Exerzitien-Teilnehmer wird man zwischen *Einzelexerzitien* und *Gruppenexerzitien* unterschieden. Kiechle (2007:106) führt als klassische ignatianische Exerzitien die *Wahlexerzitien* an, in denen ein junger Mensch vor einer Lebensentscheidung steht und zwischen zwei Alternativen wählen muss. Als besondere Exerzitien-Formen sollen noch die *Wanderexerzitien* und die *Fastenexerzitien* genannt werden.

### 3.2.2 Der Prozess der Exerzitien

Dieses Kapitel ist für die Arbeit insofern von großer Relevanz, weil es einen vorgegebenen und schon strukturierten Weg vorstellt, der möglicherweise zu einer sinnorientierten und erfüllten Lebensführung verhelfen könnte. Um diese Möglichkeit überprüfen zu können, ist es daher zwingend notwendig, sich über diesen Weg etwas Kenntnis und Klarheit zu verschaffen. In diesem Kapitel geht es nicht ausschließlich um Inhalte, sondern besonders auch um die Dynamik des Exerzitien-Prozesses. Dazu wird der von Peter Knauer übersetzte Urtext der Geistlichen Übungen als Primärquelle herangezogen. Es sollen vor allem auch Alex Lefrank, Peter Köster und Stefan Kiechle zu Wort kommen. Lefrank bezieht in seine

---

<sup>30</sup>Silke Harms ist Theologin und Pastorin. Sie ist Referentin des Geistlichen Zentrums Kloster Bursfelde in der Landeskirche Hannover.

<sup>31</sup>Vgl. EB18 und EB19.

intensive Auseinandersetzung mit der ignatianischen Spiritualität – speziell mit der Dynamik des Exerzitien-Prozesses – auch anthropologische und psychologische Aspekte mit ein. Köster wiederum beschreibt die einzelnen Exerzitien-Phasen sehr umfangreich und detailliert. Für Kiechle spricht, dass er als profunder Kenner der ignatianischen Spiritualität gilt. Er beschäftigte sich mit der Spiritualität des *Ignatius* schon sehr intensiv im Zuge seiner theologischen Ausbildung.<sup>32</sup> Für einen «erfolgreichen» Exerzitien-Verlauf ist es sicherlich von Vorteil, wenn künftige Exerzitanten ein gewisses Maß an Empfangsbereitschaft für Geistliche Übungen mitbringen. Lefrank (2009:38) sieht eine wesentliche Grundvoraussetzung darin, dass die Exerzitanten die Bereitschaft zeigen, sich *ändern* zu wollen. Für ihn hat «*Ignatius* die Geistlichen Übungen für Menschen konzipiert, die sich für eine Änderung in ihrem Leben entschieden haben. Damit hat *er* das **Umkehr-Motiv** des Neuen Testaments aufgegriffen» (ebd.).

## PRINZIP UND FUNDAMENT

Die Bereitschaft, an Geistlichen Übungen teilnehmen zu wollen, wird auch im *Prinzip und Fundament*<sup>33</sup> thematisiert. Für De Mello (2013:25) nimmt das *Prinzip und Fundament* in den Geistlichen Übungen eine Sonderstellung ein, weil es für ihn keine Übung darstellt. Es wurde seiner Ansicht nach von *Ignatius* viel später, als er den Text dem Papst zur Genehmigung vorlegte, als Einleitung zu diesem Text aufgenommen. Schon am Beginn von *Prinzip und Fundament* wird deutlich, worin der eigentliche Lebenssinn des Menschen besteht:

Der Mensch ist geschaffen, um Gott unseren Herrn zu loben, ihm Ehrfurcht zu erweisen und ihm zu dienen und mittels dessen seine Seele zu retten; und die übrigen Dinge auf dem Angesicht der Erde sind für en Menschen geschaffen und damit sie ihm bei der Verfolgung des Ziels helfen, zu dem er geschaffen ist. Daraus folgt, daß[sic]der Mensch sie soweit gebrauchen soll, als sie ihm für sein Ziel helfen, und sich soweit von ihnen lösen soll, als sie ihn dafür hindern. Deshalb ist es nötig, daß[sic] wir uns gegenüber allen geschaffenen Dingen in allem, was der Freiheit unserer freien Entscheidungsmacht gestattet und ihr nicht verboten ist, indifferent machen (EB 23<sup>2-5</sup>).

Grund und Ziel des menschlichen Daseins werden somit durch menschlichen Lobpreis und Dienst an Gott definiert. Beide werden als Grundvoraussetzungen für die Erlösung des Menschen angesehen.

Für Köster (2017:39) wird im *Prinzip und Fundament* die Grunddynamik einer Lebensbewegung angesprochen, die sich in allen Schritten des Exerzitien-Prozesses wiederfindet. Für ihn ist diese Grunddynamik «auf die innere Freiheit und Gelassenheit ausgerichtet, *das* zu leben, was mehr der Liebe zu Gott und seiner Schöpfung entspricht» (ebd.).

Das Thema im *Prinzip und Fundament* ist die Schöpfung. Die Exerzitanten erfahren, dass sie von Gott erschaffen sind und persönlich geliebt werden. In der Betrachtung ihrer Lebensgeschichte nehmen sie wahr, wieviel Gutes sie von Gott empfangen haben (Kiechle 2007:95-97). Die Exerzitanten bitten daher «um die innere Freiheit, sich mit ungeteiltem Herzen Gott und dem Menschen hingeben zu können»

<sup>32</sup>Kiechle schrieb eine Dissertation zum Thema *Ignatianische Spiritualität*

<sup>33</sup>Zum Zweck der besseren Lesbarkeit werden die einzelnen Phasen des Exerzitienprozesses im Fließtext *kursiv* geschrieben.

---

(:97). Die Exerzitanten sollten in dieser Phase in ihre eigene Innenwelt hineinfliegen, in ihr heimisch werden und den Weg zur inneren Freiheit finden (Lefrank 2009:66-78).

### ERSTE WOCHE

Für Lefrank (2009:99) ist für die weitere Entwicklung im Exerziten-Prozess hauptsächlich dieser Umstand verantwortlich: Die Realität – sowohl die des eigenen Lebens als auch die der Welt – passt nicht mit den positiven Sinn- und Zielvorstellungen, die in der Fundament-Phase gemacht wurden, zusammen. Er nennt die *Erste Woche* daher auch *Krisen-Phase*. In dieser Phase soll sich die individuelle Krise mit der bereits geschehenen Heilsgeschichte verbinden. Für Lefrank (:103) besteht das Ziel dieser Phase darin, «die Erlösung, die Christus gewirkt hat, nicht nur für wahr zu halten, sondern glaubend zu erfahren und daraus zu leben.» Dazu ist es notwendig, die in der Fundament-Phase ausgeblendeten dunklen Seiten des Lebens den Exerzitanten bewusst zu machen.

Köster bezeichnet die *Erste Woche* als *Umkehrphase*. Seiner Ansicht nach wird es den Menschen erst im Schauen auf Gottes «unendliche Güte» (EB 52<sup>3</sup>) möglich, «den tiefen Riss, der sich vom Beginn der Menschheit an durch die ganze Schöpfung zieht», zu erkennen (Köster 2017:53). Die Exerzitanten können die Barmherzigkeit Gottes jedoch nur dann spüren, wenn ihnen gleichzeitig ihre persönliche Schuld in ihrer eigenen Lebenssituation bewusst wird. Da die Exerzitanten nun erkannt haben, dass sie sich selbst aus dieser aussichtslosen Lage nicht selbst befreien können, macht es für sie leichter, eine Umkehr in ihrem Leben vorzunehmen und auf Gottes Güte zu vertrauen (:53f).

Beide Autoren betonen das notwendige Sichtbarmachen der kollektiven und individuellen Schuld, die eine Umkehr und eine Hinwendung zu Gott einleiten sollen. Während jedoch Lefrank eher die Ursachen und Auswirkungen der menschlichen Krisensituation in dieser Exerziten-Phase akzentuiert, setzt sich Köster schon konkreter mit der notwendigen Umkehr auseinander.

Lefrank (2009:189f) sieht die zweite Exerziten-Phase dann als abgeschlossen, wenn sich die Exerzitanten von ihren Vorstellungen, selbst den weiteren Verlauf der Exerziten bestimmen zu wollen, befreit haben. Außerdem müssen sie bereit sein, ihren Selbstwert von Gott anzunehmen. So müssen sie sich nicht weiter durch ihre eigenen Leistungen vor Gott rechtfertigen.

### ZWEITE WOCHE

Die Exerzitanten wurden in der Krisen-Phase mit ihrer persönlichen Schuld konfrontiert, sie bemerkten aber auch gleichzeitig: Sie werden von Gott dennoch geliebt. Aus dieser Erkenntnis heraus sollten sich die Exerzitanten am Beginn der *Nachfolge-Phase* fragen, was sie nun für Christus tun könnten. Der Blick auf das Kreuz Christi sollte es ihnen erleichtern, diese Frage zu beantworten (Lefrank 2009:252). Doch dieser Schritt zur Nachfolge und Mitarbeit kann nicht aus eigener Initiative heraus erfolgen. Dazu

---

bedarf es einer individuellen und persönlichen *Einladung* Gottes (:255). Nach *Ignatius* sollen die Exerzitanten zuerst zu «unseren Herrn um Gnade bitten, damit [sie] für seinen Ruf nicht taub [sind], sondern rasch und eifrig dafür, seinen heiligen Willen zu erfüllen» (EB 91<sup>4</sup>).

In der *Zweiten Woche* richten die Exerzitanten ihren Blick auf ihr zukünftiges Leben. Indem sie sich am Leben Jesu zu orientieren versuchen, möchten sie ihr Leben neu auf Gott ordnen und weiter ihre Indifferenz stärken (Kiechle 2007:99). Sie sollen dabei «in allen Entscheidungen nicht [ihren] Vorteil suche[n], sondern ausschließlich das, was [ihnen] mehr zum Dienst für die Menschen und für Gott hilft» (ebd.). In dieser Phase sollen die Exerzitanten ganz wesentliche Wahlentscheidungen treffen, wie die Nachfolge Jesu konkret aussehen soll. Dabei sollen sie ihren Blick auf das öffentliche Wirken Jesu richten und ihr «Leben nach Jesu Vorbild und Maßstab ausrichten» (Kiechle 2007:99f).

Für Lefrank (2009:351) hat die dritte Exerzition-Phase mit der Wahl ihr Ende gefunden. Dabei wird in der Regel über *einen* Wahlgegenstand – beispielsweise Ehe oder Ehelosigkeit – entschieden (:320).

### DRITTE WOCHE

Im Wahlgeschehen ist die Identifikation mit Christus entscheidend vorangekommen. Durch die Wahl haben sich die Exerzitanten entschieden, «von nun an auf jene Weise *in* Christus und *mit* Christus zu leben» und sind dadurch «in die Schicksalsgemeinschaft mit Christus eingetreten» (Lefrank 2009:443). Dadurch mündet der Exerziten-Prozess in die Betrachtung des Leidens, Sterbens und der Auferstehung Christi ein – in die *Leidens-Phase*<sup>34</sup>. In dieser Phase geht es also um die Umsetzung der Wahl, aber vor allem um die Vorschau, mit welchen Problemen und Anfeindungen die Exerzitanten rechnen müssen, wie etwa mit der Angst vor dem Scheitern in der Sendung, mit Ungehorsam, mit Reaktionen der Umwelt, vielleicht aber sogar mit dem Gegenspieler Satan selbst. Er möchte die Verwirklichung eines Wahlergebnisses vereiteln (Lefrank 2009:443-446).

Da es den Exerzitanten aus eigener Kraft nicht möglich ist, diese tiefgreifenden Herausforderungen erfolgreich zu bewältigen, bitten sie daher Gott um Mut und Kraft, diesen schwierigen Weg gehen zu können. Der Schmerz über das Leiden Christi motiviert sie, ihr Leben für Arme und Leidende einzusetzen (Kiechle 2007:101). Für Lefrank (2009:486) bekommt der Exerziten-Prozess in der *Dritten Woche* mit dem Leiden Christi eine neue Qualität. «Exerzitant und Exerzitantin sind nicht mehr nur *eingeladen* zu leiden, sie *müssen* leiden» (:487). *Ignatius* schreibt dazu: «Erwägen, wie er alles dies für meine Sünden leidet, *usw.*; und was ich selbst für ihn tun und leiden muß [sic]» (EB 197). Lefrank (:508) argumentiert, dass sich die existenzielle Erfahrung der Leidens-Phase nicht allein durch Inhalte und

---

<sup>34</sup>Vgl. EB 190-209.  
© IGW

---

Übungsanleitungen herbeiführen ließe. «Immer bleibt es allein der **Gnadenführung** Gottes überlassen, ob und wann Er einen Menschen in die Teilnahme am Leiden Christi hineinnimmt»(ebd.)

#### VIERTE WOCHE

Der Übergang von der Leidens-Phase in die *Phase der Verherrlichung* stellt für Lefrank (2009:513f) keinen abrupten Übergang dar. Er ist für ihn eher mit einer inneren Aufhellung vergleichbar. Die Exerzitanten ahnen, dass auch ihnen ein neues Leben geschenkt wird. Erst die erste Erscheinung Jesu nach seiner Auferstehung mündet demnach in die eigentliche Auferstehungsphase.

In der letzten Exerziten-Phase betrachten die Exerzitanten die Auferstehung Jesu Christi, durch die Jesus das Leiden und den Tod endgültig überwunden hat. Aus dieser Osterfreude heraus schöpfen sie Trost und Frieden für ihr weiteres irdisches Leben (Kiechle 2007:101).

In der *Vierten Woche* hat sich nach Lefrank (2009:517) nochmals die Identität der Exerzitanten verändert, denn «[es] geht um ein neues, ein anderes Leben: um das Leben **ganz ‚in Christus‘**, wie es der Apostel Paulus beschrieben hat».<sup>35</sup> Er spricht aber auch sehr deutlich das Wirken des Heiligen Geistes an. Die Exerzitanten bekommen in der Auferstehungs-Phase den Heiligen Geist geschenkt, der es ihnen ermöglicht, die Bedeutung der Auferstehung Jesu auf ihr Leben noch besser zu verstehen (:526). Die Verherrlichungsphase soll jedoch keine permanente Hochstimmung bei den Exerzitanten auslösen, wie ihr Name es vermutlich erwarten ließe. Ihr Ziel besteht vielmehr darin, sie wieder in den Alltag zurück-zuholen. Dabei sollten sie die Gewissheit über ihre Teilhabe an Gottes Auferstehung in ihren Alltag mitnehmen (524f).

#### BETRACHTUNG, UM LIEBEN ZU ERLANGEN

Die Verherrlichungs-Phase soll die Exerzitanten zu der Erfahrung führen, dass sie nichts von der Liebe Gottes scheiden kann. Die Hauptintention der *Betrachtung, um Liebes zu erlangen* besteht darin, «**Gottes Liebe in allem** zu entdecken» (Lefrank 2009:528). Obwohl diese Intention in die Dynamik der Verherrlichungsphase passen würde, ist sie dennoch nicht in der *Vierten Woche* verankert. Sie steht vermutlich *danach*, weil sie «sowohl das Ganze des Exerziten-Prozesses in sich trägt als auch an dessen Ende noch einmal sein Ziel hervorhebt» (Lefrank (2017:528f).

Nach Kiechle (2007:102) sollen sich die Exerzitanten in der *Betrachtung, um Liebe zu erlangen* «vergegenwärtigen, was Gott [ihnen] Gutes gegeben hat: zunächst die Gaben von Schöpfung und Erlösung, sodann das ‘Wohnen’ Gottes in der großartigen Schöpfungsordnung.» Außerdem müht sich Gott für sie in seiner Schöpfung. Schließlich «schaut man, wie Gottes Güte, seine Gerechtigkeit und Freundlichkeit

---

<sup>35</sup>Vgl. Gal 2,19b-20.  
© IGW



---

von, oben' herabsteigen» (ebd.). Im Hingabegebet möchten die Exerzitanten diesen liebenden Gott ihre eigene Liebe zurückschenken.

Die Darstellung des Exerziten-Prozesses zeigte nicht nur die klare Struktur dieses Glaubensweges, sondern auch die gewünschte Dynamik, die sich bei den Exerzitanten einstellen soll.

### 3.3 Spiritualität

#### 3.3.1 Einleitung

Mit diesem Abschnitt werden vor allem zwei Ziele angestrebt: Zum einen sollen die spirituellen Aspekte der Geistlichen Übungen herausgefiltert werden und einer Systematisierung zugeführt werden, zum anderen soll eine Synthese der Biografie und der Geistlichen Übungen des *Ignatius* angestrebt werden. Dies erscheint insofern möglich, da beide (nach dem Verständnis des Autors) konstitutive Elemente seine Spiritualität darstellen. Mit dieser Herangehensweise sollen die notwendigen Voraussetzungen geschaffen werden, mögliche Einflüsse der ignatianischen Spiritualität auf die heutige Gesellschaft nachzuweisen.

Für die Systematisierung der spirituellen Kernaspekte der Exerziten wird folgende Vorgehensweise gewählt: Die einzelnen spirituellen Aspekte der ignatianischen Exerziten werden drei Kategorien zugeordnet. Sie tragen folgende Bezeichnungen: *Direkte Gottesbeziehung*, *Beziehung zum Nächsten* und *Das eigene Ich betreffend*. Die Auswahl dieser Kategorien ist im Verständnis des Autors bezüglich christlicher Lebensführung begründet. Aus der Sicht des Autors könnte man für die drei Kategorie-Bezeichnungen ebenso die Begriffe *Gottesliebe*, *Nächstenliebe* und *Eigenliebe* verwenden. Es ist sicherlich vorhersehbar, dass nicht jeder einzelne Aspekt exakt dieser oder jener Kategorie zugeordnet werden kann.

#### 3.3.2 Spirituelle Aspekte der Exerziten

In diesem Abschnitt sollen im Wesentlichen die gleichen Autoren aus den bereits genannten Gründen konsultiert werden.

#### **DIREKTE GOTTESBEZIEHUNG:**

Dieser Kategorie werden jene spirituellen Aspekte der ignatianischen Exerziten zugeordnet, in denen es primär um die Ehre, die Ehrfurcht, das Lob und die Dankbarkeit für diesen Gott sowie um die wechselseitige Liebesbeziehung zwischen Gott und den Menschen geht.

Im Folgenden soll nun erörtert werden, was *Ignatius* mit seiner Aussage ***Gott in allen Dingen suchen und finden*** meint. Aus dem Bemühen des Menschen heraus, seinem Leben eine Orientierung und ein

---

Ziel zu geben, entsteht in ihm der Wunsch, nach Gott zu *suchen*. Für *Ignatius* lässt sich Gott überall im Alltag antreffen und er übt auf die Menschen eine Wirkung aus (Kiechle 2007:42). Nach *Ignatius* kann Gott auch in der täglichen Arbeit gefunden werden. In diesem Kontext verbindet er «zwei Vollzüge christlichen Daseins [...], die oft als getrennt oder gegensätzlich betrachtet werden», nämlich die Arbeit und das Gebet oder anders gesagt, die Aktion und die Kontemplation (:144). Der Mensch kann das Wirken Gottes in all seinem menschlichen Tun wahrnehmen. Dadurch wird er motiviert, sein Leben ganz auf Gott auszurichten und es Gott anzuvertrauen (:145). Diesem Aspekt können die Menschen der Postmoderne vermutlich etwas abgewinnen, weil somit Gottesbegegnung auch außerhalb kirchlicher «Mauern» stattfinden kann.

Im nächsten Abschnitt geht es darum, welche Bedeutung die **Meditation** und die **Heilige Schrift** in den Exerzitien des *Ignatius* einnehmen. In Manresa berichtete *Ignatius* von großen Gnaden und besonderen inneren Erfahrungen, die ihm beim Beten zuteilwurden (Lambert 1997:99).

Nach *Ignatius* sollen die Exerzitanten die Heilige Schrift nicht nur verstandesmäßig erfassen. Er begründet dies in der *zweiten Anmerkung*<sup>36</sup> so: „Denn nicht das viele Wissen sättigt und befriedigt die Seele, sondern das Innerlich-die-Dinge-Verspüren-und-Schmecken“ (EB 2<sup>5</sup>). Durch den Gebrauch von Worten aus dem Bereich der Sinnlichkeit – wie *Verkosten* und *Verspüren* – möchte *Ignatius* die Bedeutung der inneren Vorgänge hervorheben. Nach seinem Ermessen sind diese für das Erfassen der Heiligen Schrift sehr wesentlich. Für *Ignatius* gehören Schrift und Meditation in seinen Geistlichen Übungen immer zusammen. Meditation sollte nach Lambert (1997:132) jedoch nicht „nur“ als Zugang zur Heiligen Schrift aufgefasst werden, sondern sie sollte über die Selbsterkenntnis allmählich zum Tun führen. Für ihn ist Meditation der Versuch, „so lange hinzuspüren, bis man spürt, daß [sic] die Kraft des Glaubens und Vertrauens wächst“ (:137).

Auch **Gebet** und Schriftbetrachtung sind eng miteinander verbunden, mehr noch, sie bedingen sich gegenseitig. Nach *Ignatius* sollte der Schriftbetrachtung immer ein persönliches Gebet folgen. Exerzitanten werden im Verlauf des Exerzitien-Prozesses immer wieder zum Gebet aufgerufen, wie etwa bei der *Unterscheidung der Geister* oder beim Fällen von Entscheidungen (Kiechle 2007:154). Genaue Gebetsanleitungen beschreibt *Ignatius* in den *Drei Weisen zu beten* (EB 238-260). Da *Ignatius* seine Gebetsweisen auf den individuell-persönlichen Bereich ausrichtet, wird in diesem Kontext häufig der Begriff „Pädagogik des Betens“ verwendet (Kiechle 2007:141). Zuletzt sollen noch zwei Begriffe erwähnt werden, mit denen *Ignatius* die Gebetshaltung umschreibt: „Die ‚ehrfurchtsvolle Liebe‘ [...] beschreibt die Haltung des Wohlwollens und der Ehrerbietung gegenüber Schöpfung und Schöpfer. [Die] Andacht‘ [...] meint das Verspüren der Gegenwart Gottes [...] und auch die Ergebenheit und Zuneigung Gott

---

<sup>36</sup>Ganz am Beginn der Geistlichen Übungen stehen 20 *Anmerkungen*. Es sind anfängliche Hilfestellungen für Exerzitenleiter und Exerziant.  
© IGW Franz Simon Mai 2022

gegenüber“ (:155f). Das Gebet stellt nach Schriftbetrachtung und Meditation eine weitere Säule der Geistlichen Übungen dar.

## **DIE BEZIEHUNG ZUM NÄCHSTEN**

Im christlich-biblischem Sinn ist mit dieser Kategorie zweifellos die Nächstenliebe gemeint. Alles menschliche Handeln sollte sich daher zunächst an Gott, aber eben auch an seinem Nächsten ausrichten. *Ignatius* verwendet dafür den Begriff *Indifferenz*.

Beim Aspekt **Entscheidungen im Exerzitien-Prozess** geht es hauptsächlich um die Frage, welche wichtigen Entscheidungen die Exerzitanten in den Geistlichen Übungen des *Ignatius* treffen möchten.

Die Exerzitanten stehen in den *Wahlexerzitien*<sup>37</sup> „vor einer Lebensentscheidung, in der [sie] zwischen Alternativen wählen [müssen]“ (Kiechle 2007:106). Traditionell wählen die Exerzitanten hier zwischen Ordensmann und Priester beziehungsweise zwischen Ehe und Ehelosigkeit. Wird die Wahl etwas weiter gefasst, kann sie beispielsweise auch mit der Berufswahl oder einer künftigen Arbeitsstelle im Zusammenhang stehen. Es geht dabei jedoch immer um Bindungen, die für eine lange Zeit oder für das ganze Leben gelten sollen (ebd.).

Die Entscheidung der Exerzitanten sollte sich nach *Ignatius* jeweils an zwei Kriterien orientieren: Die Exerzitanten sollten zuerst hinterfragen, welche Alternative mehr zur Ehre Gottes beiträgt und ob sie auch den Willen Gottes verkörpert. Das zweite Kriterium besteht für *Ignatius* in der *Indifferenz*. Kiechle (2007:107) erläutert den Begriff so:

Er [Exerzitant] ist also bereit, nicht den eigenen Vorteil zum Maß seines Handelns zu machen, sondern dasjenige zu wählen, was die Menschen und damit die Welt mehr zu Gott, dem Ziel des Daseins führt.

Daraus lässt sich folgern, dass es sich beim Begriff *Indifferenz* in diesem Sinne nicht nur um ein punktuelles Wahlkriterium handelt, sondern vielmehr um eine ganz wesentliche christliche Werthaltung, die der Exerzitant auch nach Beendigung seiner Exerzitien beibehalten und kontinuierlich stärken sollte.

Für *Ignatius* spielen die inneren Begleitumstände, die auf die Wahlentscheidungen der Exerzitanten einwirken, eine entscheidende Rolle. „*Ignatius* unterscheidet drei ‚Wahlzeiten‘, d.h. drei verschiedene *Weisen*, eine Wahl zu treffen“ (Kiechle 2007:107). In der ersten Wahlzeit greift Gott unmittelbar ein und gibt den Exerzitanten ihren Willen zu erkennen. Solche *Berufungserlebnisse* sind jedoch sehr selten und beruhen rein auf göttlicher Gnade. In der zweiten Wahlzeit orientieren sich die Exerzitanten bei ihren Entscheidungen an ihren inneren Regungen. In die dritte Wahlzeit – sie ist eine rationale Methode – treten die Exerzitanten ein, wenn eine andere Entscheidung nicht möglich ist (:107f). „In Exerzitien trifft man Lebensentscheidungen wohl am häufigsten durch eine Weise, die Elemente der zweiten und

<sup>37</sup>Für Kiechle stellen die *Wahlexerzitien*, die klassischen ignatianischen Exerzitien dar (Kiechle 2007:106).

„dritten Zeit vereint“ (Kiechle 2007:108). Ganz wesentlich ist für Entscheidungen im Exerzitien-Prozess, dass sich die Exerzitanten in der Zeit des Trostes befinden.

### **DAS EIGENE ICH BETREFFEND**

In dieser Kategorie werden nun jene Aspekte ihren Platz finden, die sich vornehmlich auf den einzelnen Exerzitanten oder auf die einzelne Exerzitantin beziehen. Man könnte sie daher als Anleitungen und Methoden bezeichnen, mit dem Ziel, bestimmte Verhaltensweisen der Exerzitanten zu ändern oder neu aufzubauen. Doch letztlich verfolgen alle Strategien das gleiche Ziel: Sie dienen einem übergeordneten, transzendenten Ziel.

Ein ganz wesentlicher Aspekt, der sowohl in der Biografie als auch in den Exerzitien des *Ignatius* permanent sichtbar ist, ist der *Gehorsams-Aspekt*. Kiechle (2007:180) sieht dessen Wurzel in den spätmittelalterlichen Idealen des Rittertums: So wie der Ritter mit seinem Herrn eine Verpflichtung einging, verspricht auch der Jesuit, Gott seinen Gehorsam. *Ignatius* schreibt über den Gehorsam in EB 353:

DIE ERSTE REGEL: Nachdem wir alles Urteil abgelegt haben, müssen wir bereiten und willigen Sinn haben, um in allem der wahren Braut Christi unseres Herrn zu gehorchen, die unsere heilige Mutter, die hierarchische Kirche ist.

Daraus geht zunächst hervor, dass *Ignatius* der Gehorsam gegenüber der Kirche enorm wichtig war. Lefrank (2009:414f) konstatiert bei *Ignatius* eine grundsätzliche Untrennbarkeit seiner Christus-Beziehung und seiner Beziehung zur Kirche. Folglich war seiner Ansicht nach, für *Ignatius* des Weiteren auch eine Verschränkung des Gehorsams gegenüber Gott und der Kirche naheliegend. Aus dieser Kirchenregel<sup>38</sup> lässt sich nach Lefrank (:415) daher eine Gehorsamsbereitschaft gegenüber Gott ableiten. Für die Exerzitanten heißt das: «[Sie] dürfen darauf vertrauen, dass sie vom Heiligen Geist geleitet werden, wenn sie auf die Autorität der Kirche hören und ihr folgen» (ebd.).

Für *Ignatius* bedeutet Gehorsam somit eine gleichzeitige Verpflichtung gegenüber Gott und der Kirche. Doch besonders der Gehorsam gegenüber der Kirche wird sich für die Menschen der Postmoderne als sehr problematisch erweisen, weil diese, Spiritualität vorwiegend außerhalb kirchlicher Institutionen suchen.

Schon alleine vom Namen *Geistliche Übungen* – *Ignatius* gab seinen Exerzitien diese Bezeichnung – lässt sich der *Aspekt des Übens* leicht ableiten. *Ignatius* vergleicht seine Geistlichen Übungen mit sportlichen Betätigungen, um damit deren Übungscharakter herauszustreichen. Er schreibt dazu:

Denn so wie das Umhergehen, Wandern und Laufen leibliche Übungen sind, genauso nennt man «geistliche Übungen» jede Weise, die Seele darauf vorzubereiten und einzustellen, um alle ungeordneten Anhänglichkeiten von sich zu entfernen und nach ihrer Entfernung den göttlichen Willen in der Einstellung des eigenen Lebens zum Heil der Seele zu suchen und zu finden (EB 1<sup>3-4</sup>).

---

<sup>38</sup>Hintergrund und Anlass für das Verfassen der Kirchenregeln waren für *Ignatius*, konkrete Erfahrungen mit der Inquisition, und persönliche Anfeindungen. Die Regeln sollten für die Exerzitanten ein tragendes Fundament, in ihrer Ausrichtung auf die Kirche darstellen (Köster 2017:245).  
© IGW Franz Simon Mai 2022

Ganz einfach gesagt: So wie der menschliche Körper durch körperliche Übungen trainiert werden muss, muss auch die Seele ständig mit geistlichen Übungen gestärkt werden. Nach *Ignatius* sollen die Exerzitanten viele geistliche Betätigungen immer wiederholen und einüben, um dadurch ihre personale Gottesbeziehung permanent zu stärken und zu vertiefen. Der Übungsaspekt stellt somit ein ganz wesentliches methodisches Instrument für den spirituellen Weg der Exerzitionen dar.

Bei dem wohl bedeutendsten Aspekt der ignatianischen Exerzitionen dem Aspekt geht es um die *Unterscheidung der Geister*. *Ignatius* entwickelte aufgrund eigener Lebenserfahrungen für die Exerzitanten bestimmte, damit diese lernen, die vielen inneren Stimmen, Antriebe, Seelenregungen und Gedanken auseinanderzuhalten (Beck 2018:136-138).

*Ignatius* notierte über den Zeitpunkt und über die Voraussetzungen für eine gute Wahl in seinen Geistlichen Übungen Folgendes:

DIE ZWEITE: Wann man genug Klarheit und Erkenntnis gewinnt aus Erfahrung von Tröstungen und Trostlosigkeiten und aus Erfahrung der Unterscheidung verschiedener Geister (EB 176).

Einerseits war für *Ignatius* demnach die innere psychisch-seelische Verfassung der Exerzitanten von großer Bedeutung, andererseits hält er aber auch ihre Fähigkeit, den Urheber der Eingebungen zu identifizieren, für unerlässlich.

Über den Zweck der *Regeln zur Unterscheidung der Geister* (EB 313-336) schrieb *Ignatius*:

[...] UM IRGENDWIE DIE VERSCHIEDENEN REGUNGEN ZU VERSPÜREN UND ZU ERKENNEN, DIE IN DER SEELE VERURSACHT WERDEN, – <sup>2</sup> DIE GUTEN, UM SIE ANZUNEHMEN, – UND DIE BÖSEN, UM SIE ABZUWEISEN [...]; (EB - <sup>2</sup>).

*Ignatius* meinte mit „den *Regungen* der Seele [...] jede Art von Stimmung, Gefühl [und] Empfindung“ (Kiechle 2007:108). Diese Regungen treten ganz spontan ohne willentliche Einwirkung der Exerzitanten auf und werden von außen quasi „eingeflüstert“. *Ignatius* bezeichnete die Regungen, die zum Guten führen, als *Einflüsterungen des guten Geistes* – eines Engels. Bei den Regungen, die zum Schlechten führen, handelt es sich hingegen um *Einflüsterungen des bösen Geistes* – des Teufels. In einem ersten Schritt sollen die Exerzitanten in sich hineinhören und die Regungen *wahrnehmen*. Danach sollen sie versuchen, die Regungen zu *erkennen* und zu verstehen. Schließlich sollte es für sie möglich sein, die Regungen zu *unterscheiden* und inhaltlich zu bewerten (Kiechle 2007:108-110). *Ignatius* erschien es sehr wichtig, aus welchen inneren Regungen heraus die Exerzitanten ihre Entscheidungen treffen. Ganz wesentlich waren für ihn dabei die Regungen von *Trost* und *Trostlosigkeit*, die er auch selbst im Zuge seiner geistlichen Reifung erfahren hatte (:110). Für *Ignatius* bedeutete „Trost [...] innerer Friede, Ruhe, das Gefühl von Glück, Harmonie, intensivem [sic] Austausch mit Gott, Freude am Gebet [und] Dienst am Nächsten“ (ebd.). *Trostlosigkeit* äußert sich hingegen in Einsamkeit, Lustlosigkeit, Leere und Sinnlosigkeit. *Trost* ist immer auf die Gnade Gottes angewiesen und kann von Menschen daher nicht direkt beeinflusst werden. Entscheidungen sollten immer in Zeiten des Trostes getroffen werden (Kiechle

---

2007:108-110). Da bei den Lebensentscheidungen meist ein ganzes Bündel von Motiven eine Rolle spielt, sollte darauf geachtet werden, dass „der *Hauptstrang der Motivation* die selbstlos-lauteren Motive sind“ (:166). Als letztes Kriterium für jede Entscheidung sollte nach *Ignatius* das Leben und Verhalten Jesu herangezogen werden (:167).

Diese Recherchen zeigen, welche hohe Bedeutung *Ignatius* dem Zeitpunkt sowie der seelisch-psychischen Verfassung der Exerzitanten bei deren Wahlentscheidungen beimisst.

Auch der Aspekt der *Askese* ist im Leben des *Ignatius* grundgelegt. Nach seiner Verwundung überdachte *Ignatius* auf seinem Krankenbett sein bisheriges Leben und wollte es neu ausrichten. Für sein bisheriges Leben empfand er nur Ekel und daher wollte er dafür Buße tun, sich geißeln und radikal fasten. *Ignatius* wollte durch seinen asketischen Übereifer mit eigener Kraft das Böse in ihm bekämpfen (Kiechle 2007:25-27). Im Laufe seines Lebens änderte er jedoch sein radikales Verständnis von Askese und er warnte davor, dass Menschen durch übertriebene Askese ihrem Körper Schaden zufügen könnten.

*Ignatius* sah den Sinn der Askese darin:

[u]m von dem einen Extrem des ‚ungeordneten Hängens‘ an innerweltlichen Befriedigungen loszukommen, übt man für eine gewisse Zeit das andere Extrem ein: Man verzichtet ganz auf das ‚Ding‘, an dem man hängt (Kiechle 2007:149).

Damit soll erreicht werden, dass sich die Menschen nicht so sehr an weltliche Dinge binden, weil sie sonst nicht mehr frei für Gott sind. Deswegen ist für *Ignatius* eine arme Lebensweise sehr wichtig. Für ihn besaß Askese nicht nur eine körperliche Komponente, sondern sie war für ihn auch ein von Gott geschaffenes Mittel, um ihm zu dienen. Dieses Ziel kann jedoch nur dann erreicht werden, wenn Askese maßvoll und klug eingesetzt wird (:148-150).

Askese im christlichen Sinn hat wegen ihres teilweise geforderten Verzichts auf weltliche „Dinge“ in der postmodernen Gesellschaft meist einen bitteren Beigeschmack. Wenn sie jedoch aus ästhetischen und gesundheitlichen Motiven betrieben wird, wird Askese für die postmodernen Menschen plötzlich attraktiv.

Zuletzt wird der *Aspekt des Schweigens* untersucht. *Ignatius* zog sich während seines Lebens immer wieder stundenlang zum Beten und Schweigen in seine Kirche zurück. Die Bedeutung der Stille und des Schweigens wird jedoch auch bei den geschlossenen Exerzitien deutlich.

*Ignatius* sah den Sinn des Schweigens in der klösterlichen Abgeschlossenheit darin, dass die Exerzitanten durch äußere Einflüsse des Alltags nicht abgelenkt wurden. Sie konnten dadurch ihre Stimmungen und Gefühle besser wahrnehmen, aber vor allem auch die Stimme Gottes besser hören. (Kiechle 2007:93).

Schweigen und Stille sind daher nach *Ignatius* für Exerzitanten aber auch für Betende im Alltag enorm wichtig.

### 3.3.3 Zusammenfassung: Spiritualität

---

Das zweite Hauptkapitel *Ignatius von Loyola* soll nun mit einer kurzen und prägnanten Zusammenfassung der Untersuchungsergebnisse über die Spiritualität des *Ignatius* abgeschlossen werden. Für die Leser dieser Arbeit wäre es von Vorteil, sich dabei den historischen Kontext des Spätmittelalters, aber auch die Biografie des *Ignatius* mitunter in das Gedächtnis zu rufen.

- *Ignatianische Spiritualität richtet sich an das einzelne Subjekt:*  
Sie ist ganz auf den Dienst des Menschen ausgerichtet. Sie möchte ihn mit seiner Erlösungsbedürftigkeit und der damit heilsnotwendigen Umkehrbereitschaft konfrontieren. Indem der suchende Mensch Christus nachfolgt, erreicht er Erlösung und Heil.
- *Ignatianische Spiritualität intendiert eine persönliche Beziehung zu Gott:*  
Ein personaler Gottesbezug ermöglicht dem Menschen den Willen Gottes zu erkennen und sein Handeln danach auszurichten. Durch die wechselseitige persönliche Beziehung zwischen Gott und Menschen wird die Barmherzigkeit und Liebe für den Menschen sichtbar.
- *Ignatianische Spiritualität orientiert sich an Christus und an der Kirche:*  
Sie möchte den Menschen dazu einladen, sich mit der Gestalt und dem Leben Jesu auseinanderzusetzen. Besonders der Blick auf den gekreuzigten Jesus soll die Bereitschaft des Menschen, die Ethik Jesu in die eigene Lebensgestaltung stärker zu integrieren, wecken. Die christologische Ausrichtung der Spiritualität des *Ignatius* ist jedoch stets im Zusammenhang mit der Autorität der Kirche zu sehen. Der Christ ist daher in seinem Gehorsam gleichzeitig Christus und der Institution Kirche verpflichtet.
- *Ignatianische Spiritualität orientiert sich an der Heiligen Schrift und am Gebet:*  
Im angestrebten Heilsprozess im Menschen stellt die Heilige Schrift zweifellos *das* tragende Fundament dar. Ganz wesentlich ist dabei jedoch, dass diese nicht nur verstandesmäßig erfasst werden soll, sondern es sollen auch innere emotionale und affektive Vorgänge im Menschen angesprochen werden. Als adäquates Mittel dafür wird die Meditation empfohlen. Schriftbetrachtung und Gebet gehören eng zusammen. In der ignatianischen Spiritualität ist vorrangig das persönliche Gebet gemeint. Dieses verfolgt besonders zwei Ziele: Gott soll damit die Ehre erwiesen werden und außerdem soll im Gebet die Gegenwart Gottes verspürt werden.
- *Ignatianische Spiritualität sieht Gottes Wirken auch im Alltag:*  
Gott begegnet den Menschen nicht nur an heiligen Orten und in Gottesdiensten, sondern ganz im Gegenteil, er lässt sich in den Erfahrungen, Erlebnissen und Begegnungen des Alltags antreffen. Er lässt sich daher *in allen Dingen* finden
- *Ignatianische Spiritualität ruft zu Entscheidungen auf:*

---

Diese Entscheidungen beziehen sich zum einen auf eine grundsätzliche Entscheidung zur Umkehr und zur Nachfolge Christi, zum anderen sind damit ganz persönliche Lebensentscheidungen wie beispielsweise Priestertum, Ehe oder Berufswahl gemeint.

- *Ignatianische Spiritualität nimmt die gesamte Persönlichkeit des Menschen in ihr Blickfeld:*  
Damit wird ein ganz zentrales Merkmal ignatianischer Spiritualität angesprochen. Nicht allein das verstandesmäßige Verstehen von Glaubensinhalten oder Bibeltexten steht im Vordergrund, sondern es sind ebenso die inneren Vorgänge und die seelisch-emotionale Verfassung von großer Bedeutung. *Ignatius* spricht in diesem Zusammenhang von *Regungen* der Seele, die einen großen Einfluss auf menschliche Entscheidungen ausüben. Sie helfen den Menschen zu *unterscheiden*, ob ihre Regungen vom guten Geist (Gott) oder vom bösen Geist (Teufel) verursacht werden. Entscheidungen sollten nur aus der Regung des *Trostes* heraus, jedoch nicht in der Regung der *Trostlosigkeit* gefällt werden. Die Unterscheidung der Geister sowie die Wahlentscheidung bilden somit die Hauptsäulen der ignatianischen Spiritualität.
- *Ignatianische Spiritualität ist auf den Nächsten ausgerichtet*  
Der Mensch soll seine Handlungen so ausrichten, dass sie nicht seinem eigenen Vorteil dienen, sondern dem Wohl seiner Mitmenschen.



---

## 4 BEITRÄGE AUS DER SEKUNDÄRLITERATUR ZUM THEMA: IGNATIANISCHE SPIRITUALITÄT

### 4.1 Einleitung

Dieses Kapitel stellt zweifellos den wichtigsten Abschnitt dieser Arbeit dar. Mit dem Untersuchen der Sekundärliteratur zum Thema *Ignatianische Spiritualität* sollen vor allem Erkenntnisse darüber gewonnen werden, ob sich die ignatianische Spiritualität für eine Christliche Lebensführung in der Postmoderne als sinnstiftend und gestaltend erweisen kann. Weiters sollen die Untersuchungsergebnisse aus der Sekundärliteratur auch als Basis für eine praktische Anleitung Christlicher Lebensführung dienen.

Methodisch soll folgendermaßen vorgegangen werden: Zunächst sollen mögliche Motive aufgezeigt werden, warum die Spiritualität des *Ignatius* für manche Mitglieder der heutigen Gesellschaft immer noch eine gewisse Relevanz besitzt. Danach werden die spirituellen Aspekte der ignatianischen Exerzitionen aus der Sicht der meist zeitgenössischen Autoren der Sekundärliteratur dargestellt. Analog dem dritten Kapitel werden die Aspekte auch gleichzeitig systematisiert. Es kommen die gleichen Kategorien zur Anwendung. Der letzte und bedeutendste Teil dieses Hauptkapitels befasst sich damit, ob die Spiritualität des *Ignatius* zu einer Anbahnung Christlicher Lebensführung beziehungsweise zu deren besseren Verständnis im postmodernen Zeitalter beitragen kann.

Es werden zu einem beträchtlichen Teil Autoren konsultiert, die dem Jesuitenorden angehören und *Ignatianische Impulse* herausgegeben haben. Ignatianische Impulse bieten sich für diese Arbeit deshalb an, weil sie sich an den ignatianischen Exerzitionen, aber auch an den gewählten Leitlinien – wie beispielsweise christlicher Glaube, soziale Gerechtigkeit und moderne Kultur – orientieren. Arno Zahlauer wird deswegen ausgewählt, weil er sich intensiv mit der ignatianischen Spiritualität auseinandersetzte. In seiner Dissertation über die Spiritualität des *Ignatius* versuchte er seine eigenen Erfahrungen, aber vor allem auch das Denken Karl Rahners miteinzubeziehen. Für den indischen Jesuitenpriester Anthony de Mellos spricht, dass für ihn die Geistlichen Übungen die Hauptquelle seiner Spiritualität waren, und er diese aus eigenen Erfahrungen aus dem Dialog der Religionen und Kulturen den Menschen zugänglich machen wollte. Mit Ama Samy wird bewusst eine kritische Stimme zu den Geistlichen Übungen herangezogen. Er ist jesuitischer Priester und zugleich der einzige Zen-Meister in Indien. Da er dadurch sowohl mit den ignatianischen Exerzitionen als auch mit dem Zen bestens vertraut ist, ist sein Beitrag „*Ignatianische Exerzitionen und Zen-Meditation* (Teil I und II) für diese Arbeit sehr wertvoll.

### 4.2 Mögliche Gründe, warum ignatianische Spiritualität für Menschen der Postmoderne immer noch relevant ist

Es sollen hier mögliche Gründe angeführt werden, weshalb sich heute immer noch manche sinnsuchende Menschen der ignatianischen Spiritualität als mögliche Orientierungshilfe bedienen. Es spielt

---

dabei sicherlich eine Reihe von Beweggründen eine Rolle. Zur besseren Übersicht werden sie am Beginn kurz aufgelistet:

- veränderte Rahmenbedingungen in der Postmoderne
- Individualismus
- Sehnsucht nach Freiheit
- Sehnsucht nach Spiritualität
- Sehnsucht nach innerer Ruhe

Ein wesentlicher Grund liegt in den völlig **veränderten Rahmenbedingungen**, die die Menschen in der Zeit der Postmoderne vorfinden. Da diese im Kapitel 2.1 (Das Zeitalter der Postmoderne) schon erörtert wurden, wird hier nicht weiter darauf eingegangen. Es soll dadurch eine Doppelgleisigkeit vermieden werden.

Ein starkes Motiv des sinnsuchenden Menschen der Postmoderne, die ignatianische Spiritualität als Orientierungshilfe zu wählen, scheint der **Individualismus** zu sein. Er ist ein sehr prägendes Merkmal dieser Epoche. Die Spiritualität des *Ignatius* genießt daher immer noch eine gewisse Attraktivität, da sie ebenfalls den einzelnen Menschen in ihr Zentrum stellt.

Für Künkler (2011:14) hat das moderne Subjekt als Bestandteil des modernen Weltbildes auch den christlichen Glauben geprägt, „das moderne Subjekt gäbe es demnach auch in der Variante des modernen christlichen Subjekts“. Das moderne christliche Glaubensverständnis orientiert sich tendenziell an der Einzelperson, also am Individuum. Alle geistlichen Bemühungen richten sich daher an das Individuum und demnach wird geistliches Wachstum auch als rein individueller Prozess aufgefasst (ebd.). Die Aussage von Künkler bestätigt somit, dass die Spiritualität des *Ignatius* dem in der Postmoderne vorherrschenden Individualismus weitgehend gerecht wird.

Als nächstes Motiv wird die Sehnsucht des Menschen nach **Freiheit** erörtert. Wie bereits erwähnt, muss der Mensch in der Postmoderne immer wieder eine Vielzahl an Entscheidungen treffen. Es stellt sich dabei die Frage, welche eigene Entscheidungskriterien er dafür heranzieht und ob auch gesellschaftliche Trends und gesellschaftliche Zwänge dabei eine Rolle spielen. Noch wesentlicher erscheint in diesem Kontext jedoch, ob der Mensch nicht auch ein gewisses Maß an innerer Entscheidungs- und Handlungsfreiheit besitzt, die sich möglicherweise an ethisch-geistlichen Werten orientiert.

Für *Ignatius* war diese Entscheidungsfreiheit ein personaler Akt des Menschen, der nach seinem Verständnis von Gott gewollt war. Er ging davon aus, dass die innere Freiheit bei den Menschen zunächst noch nicht vorhanden ist und forderte daher seine Exerzitanten auf, sich diese Freiheit in den Exerzitien anzueignen.

Kiechle (2018:21) sieht in der *Indifferenz* eine wesentliche Voraussetzung für die Freiheit menschlicher Entscheidungen. Dabei sollte der Mensch seine inneren Regungen überprüfen: Die selbstlosen

---

Regungen, die den Vorteil der anderen im Blickfeld haben, sollte er beibehalten, von den egoistischen Regungen sollte er sich aber *befreien*. Die innere Freiheit kann auf die Weise gestärkt werden, dass sich die Menschen von Ängsten, Gewohnheiten und Besitztümern befreien, die ihre Entscheidungen blockieren (ebd.). Der Mensch wird seine innere Freiheit vor allem dann erreichen, wenn er sich für etwas Dauerhaftes, aber besser noch für etwas Unvergängliches einsetzt. Er sollte sich daher für andere Menschen einsetzen und diese als unvergänglich betrachten (Keller 2010:36). Hier argumentiert Keller ähnlich wie Kiechle, der in diesem Kontext auf die Indifferenz verweist.

Die meisten Menschen der Postmoderne sehen zwischen ihrem Handeln, das sich eigentlich auf Gott und auf die Mitmenschen ausrichten sollte, und ihrer inneren Freiheit einen krassen Widerspruch.

Die Autoren betrachten die Freiheit des Menschen, speziell seine Entscheidungs- und Handlungsfreiheit, als ganz wesentliches Merkmal seines Mensch-Seins und als eine Grundvoraussetzung für sein sittliches Handeln. Bei der Suche des postmodernen Menschen nach innerer Freiheit und nach einem erfüllten Leben könnte die ignatianische Spiritualität somit gute Dienste leisten. Daher ist für manche Menschen auch die Suche nach Freiheit ein mögliches Motiv, sich auf die Spiritualität des *Ignatius* einzulassen.

Da sich immer mehr Menschen im Zeitalter der Postmoderne nach Orientierung und Halt sehnen, wächst bei ihnen ständig die *Sehnsucht nach Spiritualität*. Entscheidend dabei ist aber, welche Bedürfnisse der suchenden Menschen damit befriedigen möchte. Es geht daher um die Frage: Zielen diese Bedürfnisse darauf ab, dass sich die Menschen einfach besser fühlen und ihren Alltag besser bewältigen können oder handelt es sich um christlich-spirituelle Bedürfnisse?

Benke (2007:10f) unterscheidet zwischen einer „egozentrierten Wellness-Religion“ und einer christlichen Spiritualität. Die Erstgenannte organisiert sich in Szenen und Events und erfordert keine dauerhafte Verbindung. Christlicher Spiritualität hingegen deutet Benke so, dass „Gott [...] bedingungslos Ja zu jedem Menschen [sagt] und der Glaubende auf die Liebe Gottes antwortet (:74). Lambert (2017:21) sieht das Herzstück der ignatianischen Spiritualität darin, dass die Menschen lernen, *liebvoller zu leben* (:22).

Für Zulehner (2010:50) müssen Welt und Menschen so beschaffen sein, dass sie diesen liebenden Gott auch aufnehmen können. Das ist für ihn die Voraussetzung für die menschliche Sehnsucht nach Gott. Der Pastoraltheologe weist gleichzeitig darauf hin, dass jedoch schon davor, der Ruf Gottes an die Menschen ergeht. Damit drückt Gott seine Sehnsucht nach den Menschen aus. Eine wechselseitige Liebesbeziehung zwischen Menschen und Gott kann daher nur dann gelingen, wenn diese zwei Grundvoraussetzungen gegeben sind. Das Ziel der wechselseitigen Liebe zwischen Gott und Mensch strebt auch *Ignatius* in seinen Geistlichen Übungen an und er formuliert dies im EB 231<sup>2</sup> so: „Die Liebe besteht in

---

Mitteilung von beiden Seiten, nämlich darin, daß [sic] der Liebende dem Geliebten gibt und mitteilt [...], und genauso umgekehrt der Geliebte dem Geliebten.“

Daraus kann man folgern, dass die Sehnsucht nach Gott, nach Geborgenheit und Liebe im Menschen grundgelegt sind. Damit diese Sehnsucht jedoch erfüllt werden kann und somit zu einem erfüllten und glücklichen Leben des Menschen führen kann, muss diese wechselseitige liebevolle Beziehung zwischen Gott und Mensch gegeben sein. Gott ist für diese Beziehung immer bereit und die Initiative geht immer von ihm aus. Die ignatianische Spiritualität möchte dem Menschen dabei helfen, seine geistlichen Sehnsüchte zu stillen. Auch das ist ein Grund, warum sich manche Menschen auch heute noch mit der Spiritualität des *Ignatius* befassen.

Ein weiteres Motiv könnte der Wunsch nach *innerer Ruhe* darstellen. Im Zeitalter der Postmoderne kommt der Mensch nicht umhin, ständig mehr Entscheidungen treffen zu müssen. Er ist gezwungen, immer mehr verschiedene Aufgaben zu erfüllen und immer mehr Rollen in seinen verschiedenen Lebensbereichen wahrzunehmen. Dies versetzt ihn in Unruhe und daher verspürt er verstärkt den Wunsch nach innerer Ruhe und innerem Frieden. Aus diesem Grund wendet sich der Mensch verstärkt der Spiritualität und möglicherweise Gott selbst zu.

*Ignatius* sieht eine wesentliche Voraussetzung zur Erlangung dieser Ruhe darin, dass der Mensch zuerst seine ungeordneten *Anhänglichkeiten* loswird und danach nach dem Willen Gottes fragt (De Mello 2013:105). Wenn alle seine menschlichen Entscheidungen in der Liebe zu Gott begründet sind, werden sie ihm zu seinem Glück und seinem inneren Frieden verhelfen (:112). Für De Mello gelangt der Mensch demnach so zu seinem Frieden, dass er seine negativen inneren Haltungen beseitigt und seine Entscheidungen im Einvernehmen mit Gott trifft.

Der Mensch ist in seinem ganzen Dasein von der Sorge um sich selbst bestimmt. Jesus fordert seine Jünger in der Bergpredigt jedoch ganz entschieden auf, sich nicht zu sorgen. Es wäre besser für sie, auf Gott zu vertrauen, der für sie sorgt (Grün 2016: 56-58). Erst wenn der Mensch von seinen Sorgen befreit ist, findet er zu seiner inneren Ruhe (:61). „All denen, die zur Ruhe unfähig geworden sind, bietet Jesus einen Weg an, Ruhe zu finden“ (:66). Wege zur Ruhe zu kommen sieht Grün (2016:110-115) im Gebet, in der Meditation, aber auch etwa bei einem Spaziergang oder einem Waldlauf. Grün wählt somit einen biblischen Lösungsansatz: Der Mensch soll auf Gott vertrauen, er verschafft ihm innere Ruhe.

Die Sehnsucht des Menschen nach innerer Ruhe ist somit ebenfalls ein mögliches Motiv, weshalb für manche Menschen die Spiritualität des *Ignatius* immer noch Relevanz besitzt.

In diesem Unterkapitel wurden Gründe aufgezeigt, weshalb manche Menschen bei ihrer Suche nach Lebenssinn und Lebensfülle immer noch auf die jahrhundertealte Spiritualität des *Ignatius* zurückgreifen. Dabei ist deutlich geworden, dass diese Gründe in einem engen Zusammenhang mit den veränderten Rahmenbedingungen der Postmoderne stehen.

---

Spirituelle Aspekte der Exerzitien aus der Sicht der zeitgenössischen Autoren der Sekundärliteratur

Zunächst werden die einzelnen Aspekte der ignatianischen Exerzitien aus der Sicht der Autoren der Sekundärliteratur dargestellt und gleichzeitig systematisiert. Es werden dabei die gleichen Kategorien wie im Kapitel 3.3.2 (Darstellung und Systematisierung der spirituellen Kernaspekte der Exerzitien) verwendet. Es soll erörtert werden, ob die ignatianische Spiritualität Beiträge für ein besseres Verständnis Christlicher Lebensführung anbieten kann.

### **DIREKTE GOTTESBEZIEHUNG**

Auf den ersten Blick wissen viele Menschen mit der Aussage *Gott in allen Dingen suchen und finden* kaum etwas anzufangen. Sie werden dahinter ein sehr hohes und unerreichbares Ziel vermuten, welches sie möglicherweise noch am ehesten mit der Natur in Verbindung bringen können. Beiträge zeitgenössischer Autoren zu dieser Thematik sollen zeigen, was *Ignatius* mit diesem geistlichen Prinzip meinte.

Für Kiechle (2007:142) bedeutet der Aspekt der ignatianischen Exerzitien *Gott in allen Dingen suchen und finden*, dass die Menschen Gott «nicht nur in abgetrennten Räumen und Zeiten [...], sondern *in allen Dingen*, also *in* den Erfahrungen, Erlebnissen und Begegnungen, in den Freuden und Leiden des profanen Lebens» suchen sollen. Die Menschen finden Gott auf diese Weise wesentlich leichter als sich ihn mühsam in abstrakten göttlichen Dingen vorstellen zu müssen (:143). Das dazu am besten geeignete Mittel, *Gott in allen Dingen zu finden*, sieht *Ignatius* im Gebet. *Ignatius* riet zu einer Gebetsübung in Form einer täglichen Gewissenserforschung, «die zum alltäglichen Gottfinden helfen will» (ebd.).

Einen sehr interessanten Ansatz im Zusammenhang mit der ignatianischen Forderung *Gott in allen Dingen suchen und finden* findet sich auch bei Gertler. Er sieht darin einen positiven Bezug zur Welt «und einen neuen Weg zum gläubigen Umgang mit der Schöpfung, der sich als Weltfreundlichkeit äußert» (Gertler 2006:330). Damit hebt er die fundamentale Bedeutung des spirituellen Umgangs mit der Schöpfung für ein christliches Leben hervor (ebd.).

Abschließend soll festgehalten werden, dass beide zeitgenössischen Autoren dieses geistliche Prinzip des *Ignatius* positiv bewerten. Kiechle akzentuiert eine facettenreiche und spirituell fruchtbare Gottesbegegnung, während Gertler einen würdevollen Umgang mit der Schöpfung, der dem biblischen Verständnis entspricht, hervorhebt. Das geistliche Prinzip des *Ignatius* *Gott in allen Dingen suchen und finden* kommt den Menschen des postmodernen Zeitalters entgegen, weil sie Gott überall im Alltag und nicht ausschließlich in kirchlichen Gebäuden begegnen können und weil es auch die heutige Umweltproblematik anspricht.

Der nächste spirituelle Aspekt der ignatianischen Exerzitien, der aus der Sicht der Autoren der Sekundärliteratur dargestellt werden soll, befasst sich mit der *Heiligen Schrift* und mit der *Meditation*. Beide sind immer als Einheit zu sehen. Sie stellen neben dem Gebet die Basis für das geistliche Leben des *Ignatius* und damit auch für seine Geistlichen Übungen dar. Aus der Heiligen Schrift erfahren die

---

Menschen den Willen Gottes und somit wird die Schrift zum Maßstab ihres Handelns. Dies entspricht auch den Forderungen des *Ignatius*, ständig nach dem Willen Gottes zu suchen und diesen dann auch zu befolgen.

Da der postmoderne Mensch in seinem Alltag vielfältige Entscheidungen treffen muss, ist er oft überfordert. Wenn aber die Heilige Schrift zur Maxime seines Handelns wird, werden ihm viele Handlungsentscheidungen wesentlich leichter fallen. Schrift und Meditation als geistliche Wege zur inneren Ruhe werden dem Menschen in seiner Ruhelosigkeit, seinem Stress und in seiner Überforderung teilweise wieder Ruhe und Zufriedenheit verschaffen. Daher soll nun untersucht werden, welche methodischen und inhaltlichen Voraussetzungen in der Schriftbegegnung aus der Sicht der Autoren gegeben sein müssen, um die oben genannten Ziele erreichen zu können.

Was die methodische Seite betrifft, gibt es für Lambert (1997:101) viele Dimensionen, die Schrift zu erfassen. Für ihn sind zwei Hauptebenen sichtbar: «die mehr rational-intellektuelle und die emotional-voluntativ-affektive Ebene» (ebd.). Auf der ersten Ebene wird die Schrift durch Besinnung (Meditation) oder durch Betrachtung (Kontemplation) erfasst. In der nachfolgenden Ebene lässt sich der Exerzitant auf innere Vorgänge ein.

Kiechle (2007:103-105) betrachtet folgende Methode der Schriftbegegnung als zielführend: Zuerst liest der Exerzitenleiter den Exerzitanten den Schrifttext vor. Nachdem diese den Text jeder für sich nochmals gelesen haben, malen sich die Exerzitanten den «Schauplatz» der Handlung in ihren Vorstellungen aus. Im nächsten Schritt identifizieren sie sich mit den handelnden Personen und erzählen Gott schließlich ihre neuen Entdeckungen in einem persönlichen Gebet.

Die Schriftbetrachtung nach *Ignatius* interpretiert Köster (2017:312), ähnlich wie Kiechle, folgendermaßen: Auch er sieht darin eine kontemplative Art, «[sich] dem *Geheimnis* eines biblischen Geschehens zu nähern, um [sich] von ihm berühren und bewegen zu lassen.» Er fasst diesen Weg als eine Gebetsweise auf, mit deren Hilfe ein biblischer Text geistlich zugänglich gemacht werden kann.

Inhaltlich werden für die Exerzitien des *Ignatius* heilsgeschichtliche Texte ausgewählt. Diese sind für die Exerzitanten insofern von Bedeutung, weil sie durch deren Betrachtung ein persönliches Gebet entwickeln und Gott die Gelegenheit geben, auf eine ganz persönliche Weise mit ihnen zu sprechen (Lefrank 2009:41). Brendel (2017:45) verweist darauf, dass sich *Ignatius* bei seiner Auswahl der Bibeltexte für die Geistlichen Übungen vorwiegend für die Evangelien entschied. Damit wurde deutlich, dass der methodische Zugang zur Heiligen Schrift nach einem strukturierten Plan verläuft und die Auswahl der Bibeltexte nach theologischen Überlegungen erfolgt. Beide sind notwendige Voraussetzungen für eine geistlich fruchtbare Schriftbegegnung.

Meditation – wie oben teilweise schon angeklungen – ist nach Jalics (2019:18) « im christlichen Sinn eine Gebetsform, in der man sich durch Texte, Bilder und Gedanken Gott nähert, ihn anspricht, ihm

---

Bitten vorbringt [und] ihn verehrt.» Im Deutschen wird dafür das Wort *Betrachtung* verwendet. Das Wort *Meditation* wurde im letzten Jh. von fernöstlichen Religionen und Bewegungen in einem kontemplativen Sinn verwendet, sodass es dadurch zu einigen Missverständnissen kam (ebd.).

AMA Samy<sup>39</sup> beispielsweise (Ignatianische Exerzitien und Zen-Meditation, Teil II:450) rät Christen, die einen Übungsweg bestreiten möchten, sich an der buddhistischen Meditationspraxis zu orientieren. Das Zen<sup>40</sup> verweist darauf, dass diese von anerkannten Meistern entwickelt wurde und Ähnlichkeiten mit der christlichen Weltanschauung besitze. Buddhismus und dessen Meditationspraxis wird als «Befreiungsbewegung aus einer vom Kastenwesen, von Hierarchien und Ritualen geprägten Religion» verstanden (ebd.). Doch alles, was mit Selbstreinigung und Selbsterlösung zu tun hat, lässt sich mit Christlicher Lebensführung nicht in Einklang bringen.

Grün (2016:112) wiederum sieht in der Meditation den klassischen Weg, zur Ruhe zu gelangen. Für ihn ist in jedem Menschen schon ein innerer Ort der Ruhe angelegt, zu dem eigene Gefühle, Gedanken und Pläne keinen Zutritt haben, auch andere Menschen nicht. Die Meditation ist ein geeignetes Mittel, diesen inneren Ort trotz des seelischen Drucks, der Hektik und des Alltagsstresses zu finden (:113). Dieser innere Ort der Ruhe und Stille ist folglich auch eine wichtige Voraussetzung für einen kontemplativen Zugang zur Heiligen Schrift.

Kurzes Resümee: Schrift und Meditation sind immer als Einheit zu sehen. Sie stellen ganz wesentliche Säulen im Leben des *Ignatius* und in seinen geistlichen Übungen dar. Aus der Heiligen Schrift erfahren die Menschen den Willen Gottes. Für die zeitgenössischen Autoren gibt es mehrere Dimensionen, die Schrift zu erfassen. Sie geben jedoch dem kontemplativen Weg – genauso wie *Ignatius* – den Vorzug. Mit der Meditation steht dafür ein geeignetes Mittel zur Verfügung. In den Geistlichen Übungen werden vornehmlich biblische Texte aus den Evangelien ausgewählt, die das Leben Jesu thematisieren. Für den suchenden Menschen der Postmoderne ergeben sich durch die Schrift und durch die Meditation Orientierungshilfen und ein Maßstab für sein Handeln.

Im letzten Aspekt der Kategorie *Direkte Gottesbeziehung* wird das **Gebet** thematisiert. *Ignatius* sah im Gebet das vorrangige Ziel, eine persönliche Beziehung zu Gott zu entwickeln. Da die persönliche Gottesbeziehung integraler Bestandteil Christlicher Lebensführung ist, kommt somit dem Gebet aus diesem Grund eine besondere Bedeutung zu.

Zuerst soll untersucht werden, wie *Ignatius* die Gebetspraxis und das Gebetsverständnis sah. Auffallend ist für Kiechle (2017:22) die Weite des Gebetsverständnisses. *Ignatius* drückte dies in seinem *Gott in allem suchen und finden* aus. Damit ist jedes Denken, Reden, Arbeiten oder eben auch das Beten

---

<sup>39</sup>AMA Samy ist jesuitischer Priester und der einzige Zen-Meister in Indien

<sup>40</sup>Zen ist die Kurzbezeichnung für den Zen-Buddhismus, einer Strömung des Buddhismus.

---

gemeint. Beten beinhaltet somit alles, was «innerlich auf Gott hin ausgerichtet und Ausdruck liebevoller Hingabe ist» (ebd.). Das macht es verständlich, dass *Ignatius* nicht auf bestimmte Gebetsarten bestand. Wichtig dabei ist jedoch, dass sich der Mensch aus seiner Ich-Bezogenheit befreit und er sein Gebet vollständig auf Gott ausrichtet. Für *Ignatius* war es auch zwingend notwendig, dass das Gebet in einer Atmosphäre der inneren Ruhe und der Stille stattfand.

Für Körtner (2021:66) hört sich das Gebet häufig wie ein Selbstgespräch an, in dem Gott oft überhaupt nicht zu Wort kommt. Eine Grundvoraussetzung, das Beten zu lernen, besteht für ihn daher darin, zuerst das Schweigen zu erlernen. In einer Zeit der Unrast, der hohen Leistungsansprüche und der Reizüberflutung ist dies jedoch kein leichtes Unterfangen. Körtner (:68) rät daher dazu, sich entweder Anleihen aus der Bibel zu nehmen oder den Geist Gottes zu bitten, in solchen Momenten an unserer Stelle zu beten. Auch Brendel (2017:32) sieht in der Stille, der Einsamkeit und im Schweigen notwendige Voraussetzungen für ein fruchtbares Gebet. Sie sieht daher in den geschlossenen Exerzitien eine willkommene Gelegenheit, Abstand von Menschen aus dem persönlichen Umfeld und den Alltagsorgen zu gewinnen. Das ermöglicht den Exerzitanten erst, sich von den Fremdbestimmungen zu befreien und sich mit ihrer ganzen Existenz Gott hinzugeben.

Für Körner (2008:33) bedeutet Gebet «zuerst und zutiefst ein Beziehungsgeschehen.» Der Betende wendet sich vertrauensvoll an Gott, um bei ihm zur Ruhe und zum endgültigen Ziel zu gelangen sowie eine immerwährende Bleibe zu finden. Die wechselseitige Beziehung zwischen Gott und Mensch, die durch das Gebet angebahnt wird, aber auch gleichzeitig im Gebet stattfindet, hat zweierlei zur Folge: Es entwickelt sich daraus ein Wissen, dass es den anderen gibt und dass es «beiden» gut tut. Es geht aber auch um feste Gebetszeiten, um eine gemeinsame verbrachte Zeit (:34f). Für Lambert (2017:29f) macht das Gebet, ganz gleich um welche Gebetsweise es sich handelt, nur dann Sinn, «wenn es Ausdruck von Beziehung, Begegnung, Einung ist.» Es kann daher festgehalten werden, dass sowohl Körner als auch Lambert das Gebet als eine persönliche Beziehung zwischen Gott und den Menschen begreifen.

AMA Samy (Ignatianische Exerzitien und Zen-Meditation, Teil II:440) sieht in den Methoden der Geistlichen Übungen insofern Grenzen, weil diese nach dessen Ansicht die Aktivität des Betenden betonen. Das diskursive Gebet wird als ein «aktives, kognitives und imaginatives Gebet» bezeichnet (ebd.). Daher sind die ignatianischen Gebetstechniken für Menschen, die ein passiveres und nicht-diskursives Gebet anstreben, ungeeignet. Doch nach Meinung des Autors ist ein passives Gebet keinesfalls das Ziel der Geistlichen Übungen, sondern sie streben ganz bewusst diese persönliche Beziehung im Gebet an und wollen einen Dialog zwischen Gott und den Exerzitanten herbeiführen.

Karl Rahner geht der Frage nach, was im Gebet eigentlich geschieht. Seiner Ansicht nach werden die Menschen, indem sie sich Gott nähern, dazu fähig, Gott zu *berühren*. Im Gebet geschieht eine *erfahrbare* Begegnung mit Gott. Das Wort *berühren* stammt aus dem Bereich der sinnlichen Erfahrung und drückt die Innigkeit der Gottesbeziehung aus. Dabei verweist Rahner auf die «*Gnadenkraft*», die «im



---

Geschehen der Begegnung zwischen dem sich selbst mitteilenden Gott und der ihm zugewandten Seele» wirkt (Zahlauer 1996:87-91).

Wenngleich die drei Autoren bei der Auseinandersetzung mit dieser Thematik unterschiedliche Herangehensweisen wählen und unterschiedlich argumentieren, stimmen sie doch einheitlich der Behauptung *Ignatius* – Gebet entwickelt und vertieft die persönliche Gottesbeziehung – zu. Da eine persönliche Gottesbeziehung ein konstitutiver Bestandteil Christlicher Lebensführung ist, kann den Aussagen der Autoren nur zugestimmt werden.

Schlussbemerkungen: Daraus lässt sich erkennen, wie weit *Ignatius* sein Gebetsverständnis angelegt hatte und wie weit es vom gegenwärtigen Gebetsverständnis der meisten Menschen abweicht. Insgesamt lässt sich festhalten, dass es beim Gebet, ganz gleich um welche Gebetsweise es sich auch handelt, immer um ein tiefes Beziehungsgeschehen zwischen Gott und dem Menschen geht. Gebet macht ein sinnliches und inniges Erfahren Gottes möglich. Eine wesentliche Voraussetzung dafür ist eine Atmosphäre der Ruhe und Stille sowie die Fähigkeit des Schweigens. Da diese Voraussetzungen im Zeitalter der Postmoderne nicht so einfach herzustellen sind, würde der Beter gut daran tun, um die Gnade Gottes und um den Heiligen Geist zu bitten.

## **DIE BEZIEHUNG ZUM NÄCHSTEN**

Im christlichen Sinn ist die Beziehung zum Nächsten biblisch begründet, und zwar im Gebot der Nächstenliebe. In dieser Kategorie wird der spirituelle Aspekt der ignatianischen Spiritualität, nämlich die *Entscheidungen im Exerzitien-Prozess* untersucht. Sie nehmen in den Geistlichen Übungen des *Ignatius* eine ganz zentrale Stellung ein. Nach *Ignatius* sollte der Mensch stets solche Handlungsweisen wählen, die ihn näher zu Gott bringen. Sie sollten aber gleichzeitig auch so ausgerichtet sein, dass die Mitmenschen dadurch leichter den Weg zu Gott finden. Er verwendete dafür den Begriff *Indifferenz*. Die Exerzitanten sollten ihre Entscheidungen nur in Zeiten geistlichen Trostes treffen. Nach Köster (2017:332) ist Trost «eine Frucht des Heiligen Geistes» und bedeutet eine Bewegung auf Gott hin.

Für die Menschen im postmodernen Zeitalter ist es oft schwierig, aufgrund der Vielfalt an Entscheidungsmöglichkeiten richtige Entscheidungen zu treffen. Die Illusion der Erfüllung jeglicher Wünsche und Sehnsüchte, die den Menschen besonders durch Werbung und durch Medien suggeriert wird, wird oft sehr rasch durch negative Erfahrungen zerstört. *Ignatius* bietet mit seinen Geistlichen Übungen eine Option für richtiges Entscheiden an.

Ethische Gesetze bilden für Entscheidungen dieser Art eine solide Basis und sind für den Einzelnen auch bindend. Sie berücksichtigen jedoch nicht seine individuelle Eigenart und sein konkretes Lebensziel. Dies sah *Ignatius* in der Grundentscheidung gegeben, die er als *Wahl* bezeichnete. Nach *Ignatius* sollte ein Einklang zwischen dem Willen Gottes, der sich an alle Menschen richtet und dem, der nur den Einzelnen im Blickpunkt hat, hergestellt werden (Keller 2010:54). Diese Entscheidungen werden von

---

inneren Neigungen des Menschen – *Ignatius* nannte sie *innere Regungen* – beeinflusst. Die inneren ungeordneten Neigungen sollen jedoch nicht einfach beseitigt werden. *Ignatius* riet dazu, sie so zu ordnen, damit der Einzelne sein individuelles Lebensziel erreichen kann und den Willen Gottes erfahren kann (:56). Auch für *Köster* (2017:326) spielen die *inneren Regungen* beim Fällen von Entscheidungen eine wichtige Rolle. Für ihn ist bedeutsam, in welchem Lebenskontext diese inneren Regungen stehen. Das größte Hindernis beim Erkennen des Willen Gottes sieht *De Mello* (2013:117) in den ungeordneten *Anhänglichkeiten*. Er ist wie *Keller* der Meinung, dass die Menschen diese nicht verdrängen oder beseitigen sollen, weil die Menschen sonst «ein System von Begründungen, von Schutzmechanismen entwickeln, um sie zu bewahren» (ebd.). Um gute Entscheidungen treffen zu können, ist es also notwendig, auf die inneren Neigungen zu hören, sie zu ordnen und auf den Willen Gottes auszurichten. Für diesen Entscheidungsprozessen ist auch die Freiheit des Einzelnen von Bedeutung.

*Körner* (2008:83) sieht zumindest bis zu einem gewissen Grad die Entscheidungsfreiheit des Menschen gegeben. Es ist einerseits ein Gnadengeschenk, dass Gott in seiner Liebe jeden Menschen annimmt, aber es bedarf auch andererseits der aktiven und bewussten Annahme dieses Heilsangebotes durch den Menschen (:83).

In EB 23 formuliert *Ignatius* das Hauptziel des Menschen, dass er eben Gott ehren und dienen soll, um auf diese Weise sein Seelenheil zu erlangen. Die innere Freiheit macht den Menschen fähig, alle Neigungen und Bedürfnisse, die ihn von diesem Ziel abbringen, zu verwerfen. Gott ist die Entscheidungsfreiheit des Menschen so wichtig, weil er keine Marionetten haben möchte, sondern mit aktiven und frei agierenden Menschen in die Welt hineinwirken möchte. Diese Entscheidungsfreiheit macht die Aktualität der Exerzitien für die Menschen der Postmoderne besonders sichtbar (*Lefrank* 2011:51f). Für diese bedeutet diese Freiheit, ihre Wünsche und Bedürfnisse unabhängig von äußeren Zwängen befriedigen zu können, ein sehr erstrebenswertes Ziel. Nach *Lefrank* (:52f) wird dabei jedoch übersehen, dass nicht die äußeren Zwänge die Freiheit einschränken, sondern dass viel mehr innere Neigungen dafür verantwortlich sind. Diese äußern sich häufig in einem Verlangen nach etwas, aber auch in Ängsten. Da diese Freiheit bei den meisten Exerzitanten noch nicht gegeben ist, muss sie erst in den Exerzitien geweckt werden. Die innere Freiheit – sie ist eine wesentliche Voraussetzung für richtiges Entscheiden – wird in den Exerzitien durch «das Eingeständnis der eigenen Schuld und die Erfahrung, dennoch geliebt zu sein», angebahnt (:57).

*Keller* (2010:38) bringt die Entscheidungsfreiheit des Menschen mit Mitmenschlichkeit in Verbindung. Wenn der Mensch nach grenzenloser Freiheit strebt, muss er bedenken, dass der Andere dies ebenfalls tut. Damit bekommt das menschliche Freiheitsstreben eine soziale Ausrichtung. Wenn der Mensch frei sein möchte, muss er zuvor die Freiheit des Anderen bejahen (ebd.). Neben den inneren Neigungen kommt somit der inneren Freiheit des Menschen bei den Entscheidungen im Exerzitien-Prozess ebenfalls eine große Bedeutung zu.

---

Kurz zusammengefasst:

Für die Menschen im postmodernen Zeitalter ist es oft schwierig, aufgrund der Vielfalt an Entscheidungsmöglichkeiten richtige Entscheidungen zu treffen. Einerseits sind äußere Einflüsse dafür verantwortlich und andererseits sind es innere Vorgänge wie beispielweise Ängste oder Blockaden, die zu diesen Schwierigkeiten führen. Eine Grundvoraussetzung für richtiges Entscheiden besteht daher in der inneren Freiheit des Menschen. *Ignatius* bietet mit seinen Geistlichen Übungen eine Option für richtiges Entscheiden an.

### **DAS EIGENE ICH BETREFFEND**

Am Beginn der Darstellung werden die Aspekte *Gehorsam* und *Freiheit* behandelt. Gehorsam und Freiheit stellen zwei Gegenpole dar, die jedoch stets gemeinsam gesehen und bewertet werden müssen. Beide haben in der Postmoderne eine große Wandlung erfahren: Während der Begriff Gehorsam verstärkt negativ gesehen wird, wird die Freiheit immer mehr hochgehalten. Die Spiritualität des *Ignatius* kann für den postmodernen Menschen bei seiner Suche nach Spiritualität und Lebenssinn durchaus hilfreich sein. Sie muss dabei aber darauf achten, dass sie einerseits keinen blinden Gehorsam einfordert und andererseits die Individualität und die Freiheit des menschlichen Geistes mitberücksichtigt. Für *Ignatius* waren Gehorsam und Freiheit kein Widerspruch. Im Gegenteil: Je gehorsamer der Mensch Gott gegenüber ist und sich und sein Leben Gott ganz hingibt, desto mehr schenkt Gott ihm seine innere Freiheit.

Die neuzeitliche Entwicklung war stark von der Polarität von Gehorsam und Freiheit geprägt. Hierarchische Ordnungen, die im Mittelalter sinnstiftend wirkten, „wurden immer mehr als bevormundende Einengung empfunden“ (Gertler 2006:160). Die Menschen erhoben daher immer mehr den Anspruch, ihr Leben selbst gestalten zu wollen. Diese Freiheit ruft bei den Menschen in der Postmoderne jedoch eine Leere hervor, die ein verstärktes Suchen nach spirituellen Angeboten zur Folge hat (:160f). Entscheidend ist aber die Frage, auf welche Weise diese Freiheit erreicht werden kann und welche spirituellen Angebote dabei hilfreich sein könnten. *Ignatius* lässt sich auf dem Weg zur inneren Freiheit „von der inneren Führung Gottes im Gebet leiten“ und überprüft diese kritisch „in Anwendung der Regeln zur Unterscheidung der Geister“ (:163).

Im Gegensatz zur ignatianischen Spiritualität wird die oben angesprochene Leere des postmodernen Menschen im Zen ausdrücklich gefordert. Der Mensch „soll sich mit dem Nichtigen, dem Absurden und der Leere konfrontieren und sich in diese hineinfallen lassen“ (AMA Samy 2005 Teil 1:365). Er wird dazu aufgefordert, „als autonom handelnde Instanz“ vom eigenen Selbst, von der Welt und auch von Gott vollständig loszulassen (:366). Durch ein „Hinübergehen“ in das Zen und ein „Zurückkommen in die eigene Tradition“ soll die wahre Gottesverehrung erreicht werden (: 367f).

---

Aufgrund vorgefasster christlicher Traditionen ist es oft schwierig, sich in andere Kulturen und Religionen hineinzusetzen. Über den „Umweg“ des völligen Loslassens und Ausblendens des eigenen Seins – und damit auch Gott – zu einer intensiveren Gottesverehrung zu gelangen, macht als theoretisches Denkmodell auf den ersten Blick Sinn. Aber es stellt sich dann doch die Frage, wieso diese wahre Gottesverehrung nicht auf dem „direkten Weg“ versucht werden soll. In einer persönlichen Gottesbeziehung kann nämlich auch Gott im Menschen die Sehnsucht nach ihm wachsen lassen. Es kann festgehalten werden, dass sich das Zen-Modell nicht mit dem Verständnis des Autors bezüglich Christlicher Lebensführung vereinbaren lässt und daher von diesem nicht geteilt wird.

Nach Kiechle (2017:72) denken viele Menschen beim Gehorsam im religiösen Bereich zunächst an „Unterwürfigkeit, Selbstentfremdung, ja, Kadavergehorsam“. Er beobachtet in diesem Kontext viele Fehlentwicklungen, von denen auch die ignatianische Spiritualität nicht ausgenommen ist. Seiner Ansicht nach ist es daher notwendig, „dass man die Aussagen vom Gehorsam mit denen von der Achtung der Individualität und der ‚Freiheit des Geistes‘ zusammen sieht“ (:72). Der religiöse Gehorsam muss sich daher so äußern, dass der Mensch einerseits bereit ist, auf Gott zu hören und sich sein Leben an der Liebe Gottes orientiert (ebd.).

Brendel (2017:90f) interpretiert die Ausführungen des *Ignatius* über Freiheit, Wille Gottes und Gehorsam folgendermaßen: „Gott ruft den Menschen in die Freiheit“ und [sie] ist dort am größten, wo der einzelne sich mit seiner ganzen Existenz Gott hingibt“. Vorwiegend im Gebet lässt Gott dem Menschen seinen Willen erkennen. *Ignatius* sah im Gehorsam eine zentrale Haltung, die den Menschen bereit macht, Gottes Auftrag zu erfüllen (ebd.)

Kurz zusammengefasst:

Gehorsam und Freiheit spielen bei der Suche nach Spiritualität und Lebenssinn bedeutende Rollen. Dabei ist es notwendig, die richtige Balance zwischen den beiden Gegenpolen zu finden. Blinder Gehorsam und unterdrückte Willensfreiheit sind dabei nicht zielführend. *Ignatius* bietet in diesem Kontext eine vielversprechende geistliche Synthese an: Je gehorsamer der Mensch ist, desto mehr schenkt ihm Gott die innere Freiheit.

Abschließend soll der Aspekt der *Aszese (des Übens)* aus der Sicht der Autoren der Sekundärliteratur untersucht werden. Aszese hatte aus verschiedenen Gründen sowohl innerhalb als auch außerhalb der Kirche einen negativen Beigeschmack. Sie stellt sich in der Postmoderne so dar, dass sie in manchen kirchlichen Gemeinschaften immer noch negativ bewertet wird, während sie außerhalb davon eine Renaissance erlebt, jedoch mit ganz anderen Zielsetzungen. Sehr häufig sind die Motive dieser neuverstandenen Aszese darin zu sehen, dass sie den Menschen einen ästhetischen und gesunden Körper verleihen soll, dass sich die Menschen einfach besser fühlen und dadurch ihren Alltag besser bewältigen können.

---

Da diese Erfolge meist nur von kurzer Dauer sind, könnten die Geistlichen Übungen des *Ignatius* auch eine mögliche Option darstellen.

Es empfiehlt sich, sich zunächst mit diesem komplexen Begriff etwas genauer zu befassen. Grundsätzlich meinen die Begriffe *Aszese*<sup>41</sup> oder *Askese* das Verständnis von der Notwendigkeit des Übens von Fertigkeiten und Verhaltensweisen. Das gilt auch für den religiösen Bereich. Der Begriff wird aber auch so verstanden, dass das Üben weit über das normale Maß hinausgeht und bei den Menschen zu irrationalen Vorstellungen sowie körperlichen Gefährdungen führen kann. Für Gertler (2006:291) bedeutet der Begriff *Aszese* daher Folgendes:

Die Aszese stellt also ein durchaus ambivalentes Phänomen dar. Die schlichte Einsicht in die Notwendigkeit des Übens [...] bewahrt nicht davor, sich in Skrupulosität oder gefährliche Ideale zu verrennen, die das Leben kosten können (:291).

Diese zwei verschiedenen Dimensionen des Begriffs lassen sich auch in der Biografie des *Ignatius* deutlich erkennen. Man kann bei ihm einen geistlichen Reifungsprozess feststellen, der sich im Laufe seines Lebens von einer anfänglichen radikalen Askese immer mehr zu einer gemäßigten Form hinbewegte. In der späteren Lebensphase hatten die asketischen Übungen für *Ignatius* das Ziel, die Gottesbegegnung vorzubereiten und danach Gott zu dienen. *Aszese* als ein Sich-Üben war für *Ignatius* das Lebensthema schlechthin, das sich folglich auch wie ein roter Faden durch seine Geistlichen Übungen zieht (ebd.).

Für Kiechle (2007:148) haben viele Texte der Geistlichen Übungen des *Ignatius* einen „eigenartig asketischen Einschlag“ wie beispielsweise „den alten Menschen kreuzigen“ oder „die Leidenschaften abtöten.“ Auch Gertler (2006:288f) sieht grundsätzlich im Wort *Aszese* eine negative Signalwirkung – auch innerhalb der Kirche. Das dürfte die Jesuiten schon im Jahre 1947 auf den Plan gebracht haben, ihre herausgegebene „Zeitschrift für *Aszese* und *Mystik*“ in „*Geist und Leben*“ umzubenennen. Spätestens seit dieser Zeit verlor die *Aszese* im kirchlichen Raum sukzessiv an Bedeutung.

Eine ganz andere Richtung schlägt die *Aszese* nach Gertler (:290) außerhalb der Kirche ein. Dort erlebt *Aszese* eine Renaissance. Auf der theoretischen Ebene „wird *Aszese* von Seiten der Philosophie der Lebenskunst und der Religionswissenschaft wieder ins Spiel gebracht“(ebd.) Aus der Sicht vieler Menschen der Postmoderne lässt sich ihr Leben mit tradierten Werten und Normen nicht mehr bewältigen. Sie begreifen *Aszese* daher in diesem Sinn, dass sie ihnen Übungen und Techniken der Lebenskunst bereitstellt, mit denen sie den Alltag auf eine neue Weise besser bewältigen können. In der Praxis des täglichen Lebens zeigt sich diese neuverstandene *Aszese* in einer Hinwendung zum eigenen Körper. Für Menschen unseres Zeitalters muss der Körper ihren hohen ästhetischen Ansprüchen gerecht werden. Um dieses Ziel zu erreichen, werden mühevollen Anstrengungen wie beispielsweise strenges Fasten, Selbstkasteiung oder Fitnesstraining in Kauf genommen. Wird dieses Ziel jedoch verfehlt, schlägt die

---

<sup>41</sup>*Aszese* und *Askese* sind gleichbedeutende Begriffe und meinen nach ihrer Wortbedeutung ein Sich-Üben (Gertler 2006:288).

---

Zuwendung zum Körper sehr leicht in eine Körperverachtung um. Diese kann man durchaus mit jener des *Ignatius* nach seiner ersten Bekehrung vergleichen (:290f). Doch die Ziele sind ganz unterschiedlich:

Wendet sich der zeitgenössische Aszet gegen seinen Körper um eines neuen Körpers willen, suchte der christliche Aszet durch die Überwindung der Begierden des Körpers den Seelenfrieden und die innigere Gemeinschaft mit Gott (Gertler 2006:291).

In beiden Fällen handelt es sich um Extrempositionen. Ihnen ist aber gemeinsam, dass sie die Verbesserung ihrer Situation mit eigenen Kräften erreichen wollen. Das erweckt jedoch sehr rasch die Illusion, man könne ein sinnerfülltes und zufriedenes Leben durch eigene Anstrengungen erreichen.

Gertler sieht (2006:301) in der Aszese, wenn sie sinnvoll und maßvoll praktiziert wird, einen vielversprechenden Lösungsansatz für die oben angesprochenen Probleme. Im Zuge seiner geistlichen Bekehrung in Manresa gewann *Ignatius* ganz neue Erfahrungen und Erkenntnisse bezüglich seiner Aszese. Er verstand seit dieser Zeit asketische Übungen als „Antwort auf die zuvor ergangene Anrede Gottes, die den Menschen zu eigenem Tun freisetzt“ (ebd.). Dieses neue Verständnis von Aszese hatte zur Folge, dass damit der Leistungsgedanke in den Hintergrund gedrängt wurde.

Für Lefrank (2009:39) kann dieses Üben jedoch nur dann zum gewünschten Erfolg führen, wenn der Hilfesuchende einerseits selbst aktiv wird und andererseits passiv auf Gottes Handeln wartet. Er muss sich dabei aber bewusst werden, dass er durch seine Aktivität allein keine Änderung bewirken kann (Lefrank 2009:38f). Auch Harms (2011:222) sieht alles geistliche Üben in einem Spannungsfeld zwischen aktivem Tun und passivem Geschehen-lassen. Auch für sie ist das Wirken Gottes ausschließlich Geschenk seiner göttlichen Gnade.

So wie für die meisten Fertigkeiten gilt, dass man sie lebenslang üben muss, um sie nicht wieder zu verlernen, gilt das auch für geistliche Haltungen und Verhaltensweisen. *Ignatius* sieht in den asketischen Übungen ebenfalls eine Lebensaufgabe. Um nicht immer wieder die Mitte zwischen den beiden Extremsituationen zu verlieren, ist es nach Gertler (2006:303) sinnvoll, „einen zeitlich begrenzten Verzicht auf Essen, Fernsehen/Internet oder Arbeit [vorzunehmen], um durch den Abstand zu einem geordneten Verhältnis zu diesen zu gelangen.“ Hier das rechte Maß zu finden, ist daher eine lebenslange Herausforderung.

Kiechle (2007:148-151) erachtet es für enorm wichtig, von „weltlichen“ Dingen loslassen zu lernen, wenn diese von Menschen so Besitz ergreifen, dass sie ihnen den Blick auf Gott verschließen. Wer diesen Zustand verändern möchte, der tut gut daran, sich für einige Zeit von dieser „Welt“ zurückzuziehen. Hier ist es leichter, von *Anhänglichkeiten* wie materiellem Besitz, Erfolg und Macht loszukommen und von diesen Dingen *frei* zu werden.

Ähnlichkeiten mit dem Übungsweg des *Ignatius* lassen sich im Zen entdecken. Dabei handelt es sich um jene Übungsweise des Zens, die als Zen der *stillen Erleuchtung* bezeichnet wird. Darunter wird eine langsame, stufenweise Schulung verstanden. Übereinstimmung zwischen den Geistlichen Übungen des

---

*Ignatius* und dem Zen-Weg lassen sich darin erkennen, dass beide keine Augenblickslösungen darstellen, sondern eine lebenslange Hingabe und Übung notwendig machen.

Das Zen sieht alle Ideologien und Glaubenssysteme in der Postmoderne aufgrund der Begrenztheit des menschlichen Wissens, aber auch aufgrund der permanenten Machtinteressen der Menschen als gescheitert. Die Bibel hat durch die kritische Forschung ihre Autorität und Glaubwürdigkeit verloren. Nur eine radikale Bekehrung und ein radikales Erwachen der Menschen kann aus diesem Dilemma herausführen (AMA Samy 2005 Teil 1:363f). Im Gegensatz zum dualistischen Weg der Geistlichen Übungen, der eine persönliche Beziehung zwischen Gott und den Menschen anstrebt, sieht der Zen-Weg sein Ziel in der Erreichung einer Nicht-Dualität. Damit wird ein völliges Leerwerden des Selbst verstanden, in der keine Ichbezogenheit erwünscht ist. Mit diesem Weg möchte das Zen die Menschen zur Erleuchtung und zum Mitgefühl führen (AMA Samy Teil 2, 2006:446).

Da Christliche Lebensführung – wie sie in dieser Arbeit verstanden wird – stets eine personale Gottesbeziehung beinhaltet, lässt sie sich mit dem Zen-Weg nicht vereinbaren.

Schlussbemerkung:

Wird christliche Aszese – so wie sie *Ignatius* nach seiner Bekehrung versteht – klug und maßvoll eingesetzt, kann sie eine persönliche Begegnung mit Gott vorbereiten oder vertiefen. Abschließend soll nochmals betont werden, dass es sich bei der christlichen Aszese um eine Lebensaufgabe handelt.

Mit der **Unterscheidung der Geister** wird nun ein weiterer Aspekt der ignatianischen Exerzitien behandelt, von dem sehr viele Theologen behaupten, er sei das Herzstück der Geistlichen Übungen. Die Unterscheidung der Geister nimmt im Exerzitien-Prozess deshalb eine so zentrale Stellung ein, weil sie als wichtigste Voraussetzung gilt, wenn es für die Exerzitanten darum geht, gute Entscheidungen zu treffen. Es geht auch um die Frage, ob die Exerzitanten aus eigenen Kräften die Wahlfreiheit erlangen können, die sie für ihre Entscheidungen unbedingt benötigen. Viele Theologen sind der Ansicht, dass dies nicht möglich sei, sondern dass es dazu der Hilfe des Heiligen Geistes bedürfe. Das Unterscheiden zwischen „guten“ Geistern und „bösen“ Geistern wird jedoch auch von der inneren Verfassung der Exerzitanten und von deren Gewissen abhängen. Das „Stimmengewirr“ der Postmoderne erschwert sicherlich all diese Bemühungen der Menschen. Beiträge von Autoren der Sekundärliteratur sollen es nun ermöglichen, Antworten auf diese Fragen zu finden.

Wissenschaften wie beispielsweise Biologie, Soziologie oder Medizin können nach Lefrank (2009:204) zwar Zusammenhänge menschlichen Lebens beschreiben, sie sind jedoch nicht in der Lage, den Menschen des postmodernen Zeitalters Antworten auf ihre Sinnfragen zu geben. Mit der *Unterscheidung der Geister* stellt *Ignatius* den Exerzitanten ein geistliches Modell zur Verfügung, mit dem sie eine innere Wahlfreiheit erlangen sollen (:203).

---

Für Kiechle (2017:41) sollen bei dieser Unterscheidung alle Ebenen des Menschen wie etwa „innerste Tiefenerkenntnis, ruhig-vernünftiges Überlegen und Abwägen und besonders auch das Gespür für innere Regungen“ Beachtung finden. Der Heilige Geist wird besonders jene inneren Regungen forcieren, die zur größeren Ehre Gottes und zu einem besseren Dienst an ihn führen.

Für Beck (2018:129) entwickelt der Mensch seine Identität zunächst über Eltern, Erziehung und Schule. Wenn er sich auf den Heiligen Geist einlässt, „kommt ihm schrittweise eine stille innere Führung zu und eine tiefere Erkenntnis über das eigene Leben“ (:130). So wird es ihm möglich, die verschiedenen Stimmungen und Seelenbewegungen allmählich verstehen zu lernen. Es strömen jedoch noch viele andere Stimmen wie beispielsweise jene von Verwandten, Freunden und der Gesellschaft auf den Menschen ein. „Daher sollte jeder Ordnung in das Stimmengewirr bringen“ – dafür steht der Begriff *Unterscheidung der Geister* (:134). Die Fähigkeit des Menschen, seine inneren Neigungen, aber auch die göttlichen Antriebe wahrnehmen zu können, deutet Beck (2018:145) als „Ausdruck der Inkarnation des Geist Gottes im Menschen.“ Der Mensch wird in seinen inneren Empfindungen, seinen Seelenregungen und in seinen Gefühlen immer mehr vom Geist Gottes durchdrungen, er ist zum Tempel des Heiligen Geistes geworden. Beck verweist in diesem Kontext auf die Bibelstelle 1 Kor 3,16: „Wisst ihr nicht, dass ihr Gottes Tempel seid und der Geist Gottes in euch wohnt?“

Der Heilige Geist hilft dem Menschen beim Auswählen und Ordnen seiner inneren Neigungen. Er hat aber auch eine wichtige Funktion, wenn es darum geht, den Willen Gottes in einer reizüberfluteten pluralistischen, postmodernen Welt eine Stimme zu geben. Dass der Heilige Geist im Menschen „wohnen“ möchte und aus ihm einen neuen Menschen machen möchte, ist für die Christliche Lebensführung von fundamentaler Bedeutung.

Bei der Unterscheidung der Geister spielt auch der Aspekt der Liebe eine große Rolle. Mit *diskreter Liebe* meint *Ignatius* nicht jene Liebe, die die Öffentlichkeit scheut. Für Kiechle (2017:41) eignet sich der Begriff *unterscheidende Liebe* besser, weil es darum geht, was für eine Beziehung oder für das konkrete Tun die bessere Alternative darstellt. Liegt das angestrebte Ziel in den Bereichen Glauben, Lieben und Hoffen oder stehen eher Misstrauen, Resignation und Egoismus im Vordergrund? In seinen Exerzitien bietet *Ignatius* viele Erfahrungsregeln an, um festzustellen, woher die Zielvorstellungen und die Regungen stammen (ebd.).

Es wird immer wieder betont, Entscheidungen im Exerzitien-Prozess sollten nur dann getroffen werden, wenn sich die Exerzitanten in Zeiten des *Trostes* befinden. Es macht daher Sinn, sich mit diesem Begriff genauer auseinanderzusetzen, welche Bedeutung ihm bei den Entscheidungen im Exerzitien-Prozess zukommt.

Für De Melle (2013:150) hat Trost in diesem Zusammenhang folgende Bedeutung:



---

Trost ist nichts anderes als eine Intensität der Liebe, die zu vollkommener Unabhängigkeit und Indifferenz führt. Wir können dies nicht selbst herbeiführen, es ist ein Geschenk Gottes. [...] in seiner [Ignatius] Terminologie sind *Gnade* und *Gabe* als Synonyme für *Trost* anzusehen.

Demnach können Menschen *Trost* also nicht selbst herbeiführen, sondern es ist Gnadengeschenk Gottes, das ganz allein seiner göttlichen Liebe entspringt.

Für *Ignatius* ist Trost etwas sehr Erstrebenswertes und er fordert daher die Exerzitanten auf, Gott im Gebet darum zu bitten. Für De Mello (2013:153) bedeutet geistlicher Trost „ein Gefühl tiefen Friedens, tiefer Ruhe, ein Gefühl der Verwurzelung in Gott, [und] der großen Kraft.“

Da bei der *Unterscheidung der Geister* beachtet werden muss, ob es sich um „gute“ oder „böse“ innere Haltungen handelt, spielt auch das Gewissen dabei eine bedeutende Rolle. Für *Ignatius* zählte die Gewissenserforschung zu einer seiner wichtigsten geistlichen Übungen. Er empfiehlt daher mehrmals am Tag innezuhalten und auf seine inneren Regungen zu achten. Aber noch wichtiger erschien ihm der abendliche Tagesrückblick. Die Exerzitanten sollten betend Rückschau halten und ihr Gewissen dahingehend erforschen, wie ihr Leben mit Gott an diesem Tag verlaufen ist (Brendel 2017:66).

Für *Ignatius* war klar, dass die inhaltliche Gewissensbildung immer im Zusammenhang der Lebensgeschichte der Exerzitanten gesehen werden muss. Familiäre und gesellschaftliche Instanzen üben auf sie nämlich Einfluss aus. In der Zeit des *Ignatius* brachten die Exerzitanten ein persönliches Gewissen mit, das durch die Lehrmeinung der Kirche der damaligen Zeit geprägt war (Lefrank 2009:207f). Selbstverständlich wird die Gewissensbildung beim Menschen der Postmoderne völlig anders verlaufen.

Die kurze Auseinandersetzung mit dem Aspekt *Unterscheidung der Geister* – speziell mit den Schwerpunkten Heiliger Geist, Liebe und Trost sowie Gewissen – sollte doch gezeigt haben, dass dieser spirituelle Aspekt nicht zu Unrecht von vielen Theologen als das Herzstück der Geistlichen Übungen bezeichnet wird. Es wurde deutlich, dass dem Heilige Geist bei der Suche nach der Wahlfreiheit eine ganz zentrale Stellung zukommt. Für die Exerzitanten ist es entscheidend, dass sie ihre inneren Haltungen friedvoll auf Gott ausrichten. Sie sollen daher zu Gott beten, damit er ihnen diesen Frieden und eine Zeit des *Trostes* schenkt. Auch das Gewissen, das immer im Kontext der eigenen Biografie und der gesellschaftlichen Rahmenbedingungen zu sehen ist, spielt beim Prozess der Entscheidungsfindung eine gewichtige Rolle.

Als letzter spiritueller Aspekt der ignatianischen Exerzitien soll das **Schweigen** aus der Sicht der Autoren der Sekundärliteratur untersucht werden. Viele große geistliche Meister, aber auch Jesus selbst, haben sich immer wieder in die Stille und in die Einsamkeit zurückgezogen.

Das Schweigen ist ein zentraler Aspekt der ignatianischen Exerzitien. Es hilft der Seele viel tiefer in die Nähe Gottes einzutauchen und damit eine viel intensivere Beziehung zu Gott aufzubauen. Stille und Schweigen sind auch wichtige Voraussetzungen, um gute christliche Entscheidungen treffen zu können. Für die Menschen der Postmoderne ist es aufgrund der

---

Reizüberflutung äußerst schwierig, bewusst auf etwas oder auf jemanden zu hören, geschweige die Stimme Gottes zu vernehmen. Das führt dazu, dass Stille und Schweigen im christlichen Kontext an Bedeutung gewinnen. Erkennbar ist das daran, dass immer mehr gestresste Manager und Führungskräfte, aber auch Menschen, die eine spirituelle Neuorientierung in ihrem Leben anstreben, für einen bestimmten Zeitraum in die Stille eines Klosters „flüchten“. Für Lambert (2017:34f) ist Schweigen daher „ein Weg zur seelischen Gesundheit“ und es versetzt die Menschen in die Lage, „sich für die Wirklichkeit öffnen zu lassen, in der Gott uns begegnen will.“

Für Jalics (2019:48f) kann die Stille vor Gott jedoch auch zu einer sich unangenehm anfühlenden Begegnung werden, wenn der Mensch seine Mitteilungen an Gott aus irgendwelchen Gründen noch nicht ausdrücken kann. Die Stille vor Gott kann sich auch zu einer schmerzhaften und heilenden Stille entwickeln. In der Stille können nämlich plötzlich unbekannte, sehr schmerzhaft Verwundungen auftauchen. Der Mensch muss sich nicht selber mit diesen Verletzungen auseinandersetzen und sie zu heilen versuchen, sondern „[er] muss sie nur in der Gegenwart Gottes anschauen und erleiden“ (:49). Gott nimmt ihm diese Aufgabe ab, indem er diese Verletzungen behutsam in das Bewusstsein des Menschen bringt und sie auf seine Art und Weise heilt. Doch die Stille bewirkt noch etwas viel Größeres: „Sie führt die Aufmerksamkeit in die Tiefe, wo wir auf Gott und auf uns selbst schauen“ (Jalics 2019:50). Die Stille soll dem Menschen zur Erkenntnis führen, dass Gott sein Vater ist und er der Sünder ist. Zu dieser Erkenntnis möchte auch *Ignatius* die Exerzitanten führen (ebd.).

Ähnlich wie Jalics ist auch Kiechle (2007:93f) der Ansicht, dass im Schweigen innere Stimmungen und Gefühle ins Bewusstsein gelangen. Im Schweigen „kann der Exerzitant die inneren Bewegungen vertiefen und verkosten“, und dadurch „wird die Seele bewegt, geschieht Kommunikation, entsteht wirkliche Beziehung“ (:94).

Aus den Ausführungen der Autoren lässt sich entnehmen, dass sich Schweigen positiv und sehr bereichernd in der Gottesbegegnung auswirkt. Im Anschluss daran soll nun erörtert werden, ob auch ein Zusammenhang zwischen dem Aspekt des Schweigens und den menschlichen Entscheidungen besteht.

Sollen Entscheidungen im christlichen Sinn gefällt werden, sollten sie in der Stille im Gebet vor Gott getragen werden. Das Gebet verändert den Menschen insofern, dass er im Blick auf Gott freier in seinen Entscheidungen wird. Es lohnt sich auch, einen Blick in die Evangelien zu werfen, wie Jesus wirkte und wie er seine Entscheidungen traf. Wenn wichtige Lebensentscheidungen anstehen, wäre sicherlich ein Aufenthalt in einem Kloster – möglicherweise in

---

Verbindung mit Exerzitien – von Vorteil. Gute Entscheidungen sind daher nur dann möglich, wenn sie mit einem Rückzug in die Stille verbunden werden (Kiechle 2018:46-48).

Kurz zusammengefasst:

Das Schweigen ist ein zentraler Aspekt der ignatianischen Exerzitien. Es hilft den Menschen eine viel intensivere Beziehung zu Gott aufzubauen. Stille und Schweigen sind auch wichtige Voraussetzungen, um gute christliche Entscheidungen treffen zu können. Als geeignete Mittel im Zusammenhang mit dem Schweigen werden häufig das Gebet, die Heilige Schrift und geschlossene Exerzitien genannt. Im Zeitalter der Postmoderne gewinnt Stille und Schweigen im christlichen Kontext immer mehr an Bedeutung.

### **4.3 Kann die ignatianische Spiritualität Beiträge für die Anbahnung, für ein besseres Verständnis und für die Vertiefung Christlicher Lebensführung in der Postmoderne anbieten?**

Am Beginn dieses Unterkapitels soll nochmals kurz in Erinnerung gerufen werden, was unter Christlicher Lebensführung in dieser Arbeit verstanden wird. Daher werden die wesentlichen Kriterien hier aufgelistet:

- Christliche Lebensführung beinhaltet eine persönliche Beziehung zu Gott.
- Sie orientiert sich an der Heiligen Schrift.
- Christliche Lebensführung setzt auf den Heiligen Geist.
- Sie verspricht schon in dieser Welt ein Leben in Fülle.
- Christliche Lebensführung beinhaltet Nächstenliebe.

In diesem Unterkapitel wird das Ziel verfolgt, mögliche positive Beiträge der ignatianischen Spiritualität auf das sinnsuchende Individuum der Postmoderne aufzuzeigen. Oder etwas konkreter formuliert: *Kann die ignatianische Spiritualität dem Menschen der Postmoderne bei seiner Suche nach Lebenssinn und Lebensfülle sowie nach Zufriedenheit und Lebensfreude wertvolle Hilfsangebote und Lösungsvorschläge anbieten? Ist sie in der Lage zu einem besseren Verständnis Christlicher Lebensführung beizutragen?*

Methodisch wird so vorgegangen, dass die oben aufgelisteten Merkmale ignatianischer Spiritualität die Basis für diese Untersuchung bilden. Mit Hilfe der Untersuchungsergebnisse der Autoren der Sekundärliteratur – sie betreffen die spirituellen Aspekte der ignatianischen Exerzitien – soll überprüft werden, ob positive Einflüsse der ignatianischen Spiritualität in den einzelnen Kriterien Christlicher Lebensführung nachweisbar sind.

Am Beginn soll die Gesellschaft der Postmoderne kurz von jenem Aspekt her beleuchtet werden, wie sich das Spektrum ihrer Mitglieder hinsichtlich kirchlicher Zugehörigkeit und spiritueller Bedürfnisse

---

darstellt. Dies ist für diese Arbeit insofern relevant, da Christliche Lebensführung immer auch im Kontext der Zugehörigkeit zu christlichen Gemeinschaften und der verschiedenen Wertvorstellungen ihrer Mitglieder gesehen werden muss.

Nach Zulehner (2010:12) stellt sich die Situation in den christlichen Kirchen der Postmoderne so dar<sup>42</sup>, dass sich ein Teil der Christen an den Traditionen der Kirche orientiert, während sich der andere Teil ganz bewusst für eine christliche Kirche und für den christlichen Glauben entscheidet. Der Pastoraltheologe verwendet für Letzteres den Begriff *moderne Kirchentreue*. Außerdem gibt es den Anteil der Atheisten. Der mit Abstand größte Teil der Bevölkerung, befindet sich jedoch zwischen den beiden Polen des Spektrums, zwischen Christen und Nichtgläubigen. Diese Menschen verstehen „sich *weder gottlos [...] noch christlich*“ (Zulehner 2010:44f). Sie halten sich für modern, weil sie ihr Leben selbst gestalten möchten. Christliche Kirchen interessieren sie nicht, denn sie „konstruieren“ sich ihre eigene Religion. Zulehner (:45) bezeichnet sie daher als „Religionsliebhaber“.

Die Kirchengehörigen – ganz gleich, aus welchen Beweggründen sie diese Option wählen – und die sogenannten „Religionsliebhaber“ bilden somit zusammen mit Abstand den größten Anteil dieses Spektrums. Die Untersuchung zeigt, dass ein großes Potenzial sinnssuchender Menschen in der Postmoderne vorhanden ist.

### ***Christliche Lebensführung beinhaltet eine persönliche Beziehung zu Gott:***

Ein wesentliches Merkmal Christlicher Lebensführung besteht in einer persönlichen Wechselbeziehung zwischen Gott und den Menschen. Diese wechselseitige Beziehung gilt jedoch bei Christen, egal welchen Konfessionen und Glaubensgemeinschaften sie auch angehören, nicht als selbstverständlich. Nun geht es um die Frage, wie die Spiritualität des *Ignatius* zur Anbahnung und/oder zur Vertiefung einer persönlichen Gottesbeziehung beitragen kann.

*Ignatius* war der Ansicht, dass die Menschen Gott nicht nur in kirchlichen Räumen antreffen können, sondern ***in allen Dingen***, auch im profanen Leben des Alltags (Kiechle 2007:142). Dies kommt den Menschen der Postmoderne entgegen, da sie ihre Spiritualität eher außerhalb der Kirchen suchen. Gertler (2006:33) sieht einen Weg der Gottesbegegnung in einem „gläubigen Umgang mit der Schöpfung.“ Beide Autoren verweisen damit auf günstige Faktoren, die eine Gottesbegegnung anbahnen und in weiterer Folge in eine persönliche Gottesbeziehung münden können.

---

<sup>42</sup>Zulehner bezieht sich hier auf eine phänomenologisch ausgerichtete Studie von Ariane Martin, einer Kulturanthropologin.

---

Auch die *Aszese* bietet eine Möglichkeit der Gottesbegegnung an. Für *Ignatius* hatte *Aszese* in seiner späteren Lebensphase das Ziel, die Gottesbegegnung vorzubereiten und danach Gott zu dienen.

Aszese, die sich ausschließlich auf einen teilweisen Nahrungs- und Konsumverzicht sowie auf andere körperliche Kasteiungen beschränkt, wird christlicher Aszese nicht gerecht. Eine so praktizierte Aszese führt nicht zu einer persönlichen Beziehung zu Gott, sondern fördert hingegen die Werkgerechtigkeit. Christliche Aszese sollte sich viel mehr darin äußern, dass auf bestimmte Haltungen und Verhaltensweisen, die sich negativ auf die Gottesbeziehung auswirken, verzichtet wird. Hingegen sollten geistliche Haltungen, wie beispielsweise Stille und Gebet geübt und gestärkt werden. Auf diese Weise kann eine christliche Aszese in der konsum- und leistungsorientierten Welt der Postmoderne eine persönliche Begegnung mit Gott vorbereiten und vertiefen.

Aszese hat jedoch für viele postmoderne Menschen einen negativen Beigeschmack, es sei denn, sie möchten ihrem Körper mehr Ästhetik verleihen und ihn möglichst lange gesunderhalten. Autoren der Sekundärliteratur forschen nach den Unterschieden zwischen einer „körperbetonten“ und einer christlichen Aszese. Sie möchten vor allem aber die Möglichkeiten christlicher Aszese aufzeigen.

Kiechle (2007:148) weist in diesem Zusammenhang darauf hin, dass die Menschen auf der Suche nach Gott lernen müssen, von ihren weltlichen „Dingen“ wie etwa materiellem Besitz oder Macht loszulassen. Wohlstand und andere Einflüsse können den Wunsch nach einer Gottesbegegnung sehr leicht vereiteln. *Ignatius* riet in solchen Situationen zum Gebet (:149). Für Lefrank (2009:39) kann Aszese nur dann zum gewünschten Erfolg führen, wenn der Mensch einerseits selbst aktiv wird, aber andererseits passiv auf Gottes Handeln wartet. Auch Harms (2011:222) sieht diese Wechselwirkung zwischen aktivem Tun und passivem Geschehen-lassen. Das Wirken Gottes betrachtet sie als reine Gnade Gottes.

Für *Ignatius* konnte eine persönliche Beziehung zu Gott vor allem durch das **Gebet** entwickelt werden. Er hatte ein sehr weites Gebetsverständnis. Er meinte damit jedes Denken, Reden, Arbeiten oder eben auch das Beten selbst. Gebet sollte in einer Atmosphäre der Stille und Ruhe stattfinden (Kiechle 2017:22).

Für die Anbahnung oder Vertiefung einer persönlichen Beziehung zu Gott ist das Gebet unerlässlich. In der reizüberfluteten und hektischen Zeit der Postmoderne ist es jedoch für den Beter oft schwierig, einen Ort der Stille und Besinnung zu finden. Er muss daher ganz bewusst nach solchen stillen Oasen suchen, aber auch regelmäßige Gebetszeiten für sich festsetzen. Neben dem inneren Bedürfnis nach einer persönlichen Gottesbeziehung sind somit auch die äußeren Rahmenbedingungen für fruchtbare Gebete von Bedeutung.

Für Körner (2008:33) handelt es sich beim Gebet um ein tiefes Beziehungsgeschehen, indem sich der Beter vertrauensvoll an Gott wendet, um bei ihm seine Ruhe und sein wahres Ziel zu erlangen. Für Lambert (2017:29f) macht Gebet nur dann Sinn, wenn sich der Mensch mit seinem ganzen Sein Gott

---

zuwendet. Erst dann kann es zu einer Begegnung und zu einer Beziehung mit Gott kommen. Für Körtner (2021:66) ist das Schweigen zu erlernen, eine wesentliche Grundvoraussetzung für das Beten. Auch für Brendel (2017:32) sind Stille und Schweigen notwendige Voraussetzungen für ein fruchtbares Gebet.

*Ignatius* sah den Sinn des **Schweigens** darin, dass die Exerzitanten in den Klöstern nicht durch äußere Einflüsse abgelenkt wurden. Sie konnten dadurch ihre Stimmungen und Gefühle besser wahrnehmen, aber vor allem auch die Stimme Gottes besser hören (Kiechle 2007:93).

In der Postmoderne ist es aus den schon genannten Gründen für die Menschen äußerst schwierig, bewusst auf etwas oder auf jemanden zu hören, geschweige die Stimme Gottes zu vernehmen. Das führt dazu, dass Schweigen im christlichen Sinn immer mehr an Bedeutung gewinnt.

Für Körtner (2021:66) bedeutet Schweigen in der reizüberfluteten Welt der Postmoderne eine schwierige Aufgabe. Seine Lösungsvorschläge bestehen darin, sich entweder an der Bibel zu orientieren oder um die Hilfe des Heiligen Geistes zu bitten. Lambert (2017:34f) sieht im Schweigen die Möglichkeit zur seelischen Gesundung des Menschen, aber vor allem versetzt Schweigen die Menschen in die Lage, Gott leichter begegnen zu können. Auch Jalics (2019:48f) erkennt im Schweigen den Aspekt der Heilung. Er argumentiert, dass in der Stille vor Gott beim Menschen plötzlich aus dem Unterbewusstsein schmerzhaft Verletzungen auftauchen. Doch er muss sich nicht selbst damit auseinandersetzen, sondern Gott übernimmt in einer behutsamen Weise diese Aufgabe. Für Jalics (:50) liegt die größte Bedeutung des Schweigens darin, dass es in einen Ort der Tiefe führt, wo die Menschen auf Gott und sich selbst schauen können.

Diese Ausführungen zeigen, dass die Spiritualität des *Ignatius* in der Lage ist, die Anbahnung einer persönlichen Gottesbeziehung zu erleichtern. Im Anschluss daran wird nun untersucht, ob auch die Heilige Schrift eine wertvolle Quelle für Christliche Lebensführung darstellen kann.

### ***Christliche Lebensführung orientiert sich an der Heiligen Schrift und an der Meditation***

Nach *Ignatius* sind **Heilige Schrift, Meditation** und Gebet untrennbar miteinander verbunden. Aus der Zeit von Manresa schilderte *Ignatius*, welche Gnadengaben er durch die Heilige Schrift und durch das gleichzeitige Gebet erfuhr (Lambert 1997:99). *Ignatius* hielt es für notwendig, dass die Schrift nicht nur verstandesmäßig erfasst wird, sondern für ihn waren die inneren sinnlichen Vorgänge mindestens ebenso wichtig. Ausgewählte Textstellen, vor allem aus den Evangelien, in denen sich die Exerzitanten gedanklich hineinversetzen sollten, hatten das Ziel, den Exerzitanten Gott näherzubringen. *Ignatius* forderte seine Exerzitanten auch deshalb zur Schriftbetrachtung auf, damit sie den Willen Gottes in der Bibel erkennen und diesen dann auch befolgen.

---

Viele Menschen sind durch die zahlreichen Entscheidungen, die sie im Alltag treffen müssen, sehr häufig überfordert. Wenn jedoch die Heilige Schrift der Maßstab ihres Handelns wird, fallen ihnen viele Handlungsentscheidungen um einiges leichter. Dadurch können die Menschen ihre Ruhe und Zufriedenheit teilweise wieder zurückgewinnen. Digitale Kommunikationsmedien, besondere Orte und Events, Bibelkreise, Exerzitien oder Bibelkurse bieten sich für den Menschen der Postmoderne als mögliche Zugänge zur Heiligen Schrift an.

Lambert (1997:101) sieht besonders zwei Dimensionen der Schrifterfassung. Bei der einen handelt es sich um eine verstandesmäßige Schrifterfassung, während bei der anderen die inneren sinnlichen Vorgänge des Schriftbetrachters im Vordergrund stehen.

Kiechle (2007:104f) betont, dass es für die Menschen wichtig ist, sich in die Schauplätze der biblischen Handlungen hineinzusetzen und sich mit einigen Personen zu identifizieren. Die Schrift auf eine kontemplative Art zu erfassen und sich so einem biblischen Geheimnis zu nähern, stellt auch für Köster (2017:312) die bessere Variante dar. Nach Ansicht des Autors kommt diese Art der Schriftbegegnung den Menschen der Postmoderne insofern entgegen, da sie häufig gar nicht mehr das Gefühl verspüren, alle Dinge mit dem Verstand erfassen zu müssen.

**Meditation** ist ein sehr weiter Begriff und wird auch von nichtchristlichen Religionen sowie in der Verbindung mit den zahlreich angebotenen spirituellen Lebensmodellen verwendet. Daher löst Meditation bei den Menschen ganz unterschiedliche Vorstellungen aus. Demzufolge ist es bei diesem Überangebot für die sinnsuchenden Menschen der Postmoderne sehr schwierig, hier eine Wahl zu treffen. Die Entscheidung für eine christliche Meditation könnte durch eigene negative Erfahrungen mit nichtchristlichen Meditationsformen, aber auch durch den positiven Einfluss von Mitchristen begünstigt werden. Christliche Meditation, ganz gleich ob sie in Verbindung mit der Schriftbegegnung, dem Gebet, der Stille oder mit dem Schweigen steht, hat immer die Suche nach Gott zum Ziel.

Für Jalics (2019:18) ist die Meditation eine Gebetsform, in der man durch Texte, Bilder und innere sinnliche Vorgänge Gott begegnen und ihm näherkommen möchte. Grün (2016:112) wiederum sieht in der Meditation den klassischen Weg, zur Ruhe zu gelangen. Er sieht in der Meditation ein geeignetes Mittel, um Hektik und Alltagsstress zumindest teilweise abbauen zu können. Noch wichtiger ist für den Benediktiner jedoch, dass Meditation eine wichtige Voraussetzung für einen kontemplativen Zugang zur Heiligen Schrift darstellt (:113).

Kurz zusammengefasst:

Die Heilige Schrift und die Meditation sind aus mehreren Gründen imstande, positive Beiträge für Christliche Lebensführung in der Postmoderne zu leisten: Wenn der Mensch die Heilige Schrift zur Maxime seines Handelns macht, wird er leichter Handlungsentscheidungen treffen können. Die kontemplative Art der Schriftbetrachtung kommt den Menschen insofern entgegen, da sie häufig gar nicht

---

beabsichtigen, alle „Dinge“ mit dem Verstand erfassen zu müssen. Mit der Meditation ist es den Menschen in der Postmoderne teilweise möglich, wieder zu ihrer inneren Ruhe zu finden.

### ***Christliche Lebensführung setzt auf den Heiligen Geist***

Für *Ignatius* spielt der Heilige Geist besonders in der Unterscheidung der Geister – er bezeichnet ihn hier als *guten Geist* – und bei den Entscheidungen im Verlauf des Exerzitien-Prozesses eine zentrale Rolle. Aber auch in der Schriftbetrachtung und im Gebet ist er nach *Ignatius* unentbehrlich. Doch in der Zeit der Postmoderne ist es für alle Menschen oft schwierig, die Stimme des Heiligen Geistes zu hören. Da braucht es schon das bewusste Hinhören und ein Sich-Einlassen auf den Geist Gottes. Der Heilige Geist bleibt dennoch immer ein Geschenk Gottes.

Für Kiechle (2017:41) sollen bei der Unterscheidung der Geister sowohl rationale Überlegungen als auch das Gespür für innere Regungen beteiligt sein. Seiner Ansicht nach wird der Heilige Geist jene inneren Regungen forcieren, die zur größeren Ehre Gottes, aber auch zu einem erfüllten Leben des suchenden Menschen führen.

Wenn sich der Mensch auf den Heiligen Geist einlässt, wird er die Stimmungen und Seelenbewegungen allmählich verstehen lernen (Beck 2018:130). Doch in der Zeit der Postmoderne gibt es so viele andere Stimmen, die die Stimme des Heiligen Geistes überlagern. Das Modell der Geisterunterscheidung von *Ignatius* soll mit Hilfe des Geistes Gottes Ordnung in dieses Stimmengewirr bringen (:134). Der Heilige Geist schenkt dem Menschen die Fähigkeit, seine inneren Empfindungen, aber auch die göttlichen Antriebe wahrzunehmen. Je mehr sich der Mensch auf den Geist Gottes einlässt, desto mehr wird er von diesem durchdrungen, bis er schließlich zum Tempel des Heiligen Geistes wird (:145).

Abschließende Bemerkungen:

Der Heilige Geist wirkt vielfältig und fruchtbringend. Lässt der Mensch den Heiligen Geist bei sich „wohnen“, macht er aus ihm einen neuen Menschen. Der Geist Gottes ist daher ein unverzichtbares „Element“ christlicher Lebensführung. Der Mensch kann den Heiligen Geist nicht durch eigene Anstrengungen herbeiwirken, sondern er bleibt immer ein Geschenk Gottes. Doch in der Zeit der Postmoderne ist es sehr schwierig, die göttliche Stimme zu hören. Daher wäre es sinnvoll, den Rat des *Ignatius* zu befolgen, sich beim Gebet und beim Meditieren von Bibeltexten an Orte der Stille und der Abgeschiedenheit zurückzuziehen. An solchen Orten wird es zweifellos besser gelingen, die Stimme Gottes zu hören aber auch von anderen Stimmen unterscheiden zu können.

### ***Christliche Lebensführung verspricht schon in dieser Welt ein Leben in Fülle***

Für *Ignatius* liegt der Lebenssinn darin, dass der Mensch Gott loben, ehren und dienen soll, um damit seine Seele zu retten (EB 23). Er betonte in diesem Kontext immer wieder die hohe Relevanz der inneren Freiheit des Menschen für sein Handeln. In seinen Geistlichen Übungen verwendet *Ignatius* für die



---

„Freiheit des Geistes“ den Begriff *Indifferenz* (Lambert 2017:51). Diese Freiheit fördert beim Menschen die Fähigkeit zum Verzicht, befreit ihn von seinem Egoismus und nimmt ihm seine Ängste (ebd.).

So gesehen kann die von *Ignatius* geforderte Lebensausrichtung und die innere Freiheit des Menschen zu einem erfüllten Leben verhelfen. Doch beide Ziele lassen sich nicht so einfach realisieren. Im Gegenteil: Es handelt sich dabei um einen oft langen und mühsamen Entwicklungsprozess, der allein durch menschliche Anstrengungen nicht zum gewünschten Ziel führt. Auf der Suche nach einem erfüllten Leben ist der Mensch auf die Gnade Gottes und das Wirken des Heiligen Geistes angewiesen.

Der Mensch kann die Grundhaltungen, die er für ein erfülltes Leben benötigt, nur durch die Verbundenheit mit Jesus Christus erlangen (Beck 2018:65).<sup>43</sup> Diese Kraftquelle verhilft dem Menschen Ängste zu überwinden, Vertrauen zu finden und barmherzig zu sein. Den Weg zur Fülle des Lebens macht Jesus seinen Jüngern in der Bergpredigt sehr deutlich. Der Mensch kann dieses hochgesteckte Ziel aufgrund seiner Begrenztheit in dieser Welt nur annähernd erreichen. Doch da er um die Barmherzigkeit Gottes weiß, kann er frei werden und damit ein sinnerfülltes Leben führen (:65f).

In modernen Kulturen der Postmoderne wird das Leben häufig nur auf das Diesseits ausgerichtet und als letzte Gelegenheit verstanden. Diese moderne Lebensart äußert sich bei den Menschen in einer fortwährenden Sehnsucht nach Lebensglück. Doch so vieles in der begrenzten Lebenszeit erfahren und erleben zu wollen, führt sehr häufig zu einer Überforderung und zu psychischen Belastungen (Zulehner 2010:30-32).

Kurz zusammengefasst:

Nach christlichem Verständnis ist ein erfülltes Leben in dieser Welt durchaus möglich. In der Heiligen Schrift wird es an vielen Stellen unter bestimmten Voraussetzungen auch verheißen. *Ignatius* bietet durch seine oben geschilderte Herangehensweise diesbezüglich wertvolle Hilfen an. Durch das ehrliche Bemühen des Menschen, aber vor allem durch die Gnade Gottes lässt sich ein Leben in Fülle auch in dieser Welt – wenn auch mit gewissen Einschränkungen – erreichen. Die Ausführungen Zulehners machen auch sehr deutlich, wie schwer sich der Weg des postmodernen Menschen zu einem erfüllten Leben gestalten kann.

### ***Christliche Lebensführung beinhaltet Nächstenliebe***

Für seine Aufforderung zur christlichen Nächstenliebe verwendet *Ignatius* den Begriff *Indifferenz*. Der Begriff bedeutet, dass der Mensch seine Entscheidungen dahingehend ausrichten soll, dass sie Gott zur größeren Ehre gereichen. Den Begriff verwendet *Ignatius* aber auch dafür, dass der Mensch seine Handlungsentscheidungen nicht von seinem eigenen Vorteil abhängig machen soll, sondern sie auf das Wohl des Nächsten abstimmt. Der Mensch sollte daher in seinem Handeln solche Entscheidungen wählen, die

---

<sup>43</sup>Beck weist in diesem Zusammenhang auf das Gleichnis vom Weinstock hin.  
© IGW

---

seinem Nächsten mehr zu Gott bringen (Kiechle 2007:107). *Ignatius* und seine Freunde setzten sich immer wieder für arme und kranke Menschen ein und gründeten viele soziale Einrichtungen. Sie nahmen sich dabei Gott selbst zum Vorbild und verwiesen darauf, „wie Gott sich in allen geschaffenen Dingen auf dem Angesicht der Erde für [die Menschen] müht und arbeitet“ (EB 236).

In der Heiligen Schrift weist Jesus selbst immer wieder auf das Gebot der Nächstenliebe hin. Nächstenliebe ist somit ein ganz zentraler Eckpfeiler Christlicher Lebensführung. In der Zeit der Postmoderne, die auch durch den ständig steigenden Leistungsdruck und durch das Konkurrenzdenken der Menschen geprägt ist, lässt sich das Gebot der Nächstenliebe nicht so leicht verwirklichen. Doch erfreulicherweise ist in diesem Zusammenhang gleichzeitig auch ein positiver Trend festzustellen. Diese positive Entwicklung ist in der Praxis am Entstehen neuer Hilfsorganisationen und an der steigenden Spendefreudigkeit vieler Menschen abzulesen. Die wachsende Empathie mancher Menschen ihren notleidenden Mitmenschen gegenüber, die häufig durch Naturkatastrophen oder Kriegsereignisse in Not geraten, kann man sicherlich als Werke der Nächstenliebe bezeichnen. Eine der möglichen Ursachen für diese guten Werke könnte darin liegen, dass die Not dieser Menschen durch digitale Medien sehr rasch in vielen Teilen der Welt präsent ist.

Keller (2010:41f) bringt die *Nächstenliebe* mit den Begriffen *Freiheit* und *Mitmenschlichkeit* in Verbindung. Der Mensch kann seine eigene Freiheit nur dann erlangen, wenn er die Freiheit des Anderen bejaht. Die Freiheit des Anderen als unübertretbare Grenze zu erachten, bedeutet zugleich christliche Nächstenpflicht und einen Akt der Mitmenschlichkeit. Die Freiheit des Anderen zu wollen oder zu akzeptieren, ist somit eine unerlässliche Bedingung der Nächstenliebe.

Schlussbemerkungen:

So wie Christus seine Jünger zur Nächstenliebe mahnte, ergeht dieser Ruf auch heute noch an alle Menschen, die ihm in ihrem Leben nachfolgen wollen. Christliche Nächstenliebe lässt sich in der Biografie des *Ignatius* und somit auch in seinen Geistlichen Übungen ganz klar erkennen. Trotz einiger ungünstigen Entwicklungen der Postmoderne, die das Praktizieren der Nächstenliebe erschweren, sind diesbezüglich auch positive Trends festzustellen. Praktizierte Nächstenliebe ist nach der Gottesliebe die zweitwichtigste Forderung und ein Erkennungsmerkmal Christlicher Lebensführung.

### **Resümee:**

Dieses Unterkapitel zeigt somit recht deutlich, dass die Spiritualität des *Ignatius* in der Lage ist, für die Christliche Lebensführung in der Postmoderne positive Lösungsvorschläge anzubieten. Es macht deutlich, dass sich die ignatianische Spiritualität nicht einfach auf das Zeitalter der Postmoderne übertragen lässt. Es müssen daher sowohl die positiven als auch die negativen Voraussetzungen der Postmoderne für Christliche Lebensführung stets mitberücksichtigt werden. Im Folgenden werden die wesentlichsten

---

Lösungsangebote der ignatianischen Spiritualität für Christliche Lebensführung nochmals ganz kurz zusammengefasst.

Nach dem Verständnis des *Ignatius* können die Menschen Gott auch im Alltag *in allen Dingen* begegnen. Dies kommt den Menschen der Postmoderne aus schon erwähnten Gründen sehr gelegen. Voraussetzung für eine Gottesbegegnung ist jedoch das Loslassen von weltlichen Dingen und die bewusste Zuwendung des Menschen zu Gott. Dem postmodernen Menschen kommt bei diesem Bemühen zugute, dass er aus eigenen Erfahrungen weiß, dass alles Streben nach Wohlstand, Genuss und Macht ihm nur kurzfristige Erfolge bescheren. Als wesentliche Hilfsmittel auf diesem Weg nennt *Ignatius* das Gebet, die Meditation und das Schweigen. Diese drei genannten Elemente seiner Geistlichen Übungen helfen dem Menschen, seine Hast und innere Unruhe zu überwinden und dadurch seine psychische und seelische Gesundheit wieder leichter zu erlangen.

Auch die ignatianische Betrachtungsweise der Heiligen Schrift bedeutet eine Bereicherung und Vertiefung für Christliche Lebensführung. Für *Ignatius* war neben dem rationalen Zugang zur Schrift besonders das sinnliche Herangehen an den jeweiligen Bibeltext von Bedeutung. Dadurch, dass der postmoderne Mensch verstärkt dazu neigt, nicht alles mit der Vernunft erfassen zu müssen, kommt ihm die Art von Schriftbegegnung sehr entgegen. Dieser Umgang mit der Schrift in Verbindung mit dem Wirken des Heiligen Geistes übt auf das Schriftverständnis des Bibellesers einen positiven Einfluss aus. Im Idealfall wird die Heilige Schrift zum Maßstab seines Handelns. Christliches Handeln bedeutet für den Menschen eine Erleichterung bezüglich seiner Überforderung, täglich viele Entscheidungen treffen zu müssen. Doch das christliche Handeln auf der Basis der Heiligen Schrift lässt sich durch eigene Anstrengungen nicht herstellen, sondern bedarf immer auch der göttlichen Gnade.

Eine wesentliche Bereicherung der ignatianischen Spiritualität für Christliche Lebensführung in der Postmoderne besteht darin, dass sie dem Menschen ein erfülltes Leben verspricht. Ein Leben in Fülle kann schon im Diesseits beginnen, vorausgesetzt, der Mensch sucht sein Lebensglück nicht ausschließlich im Diesseits, sondern er nimmt Gott als Kraftquelle für sein Leben an. Nur durch die Verbindung mit Gott erlangt der Mensch seine innere Freiheit. Erst dadurch erfasst er seinen Lebenssinn und damit ein erfülltes Leben schon in dieser Welt. Die sehr ausgeprägte Sehnsucht des postmodernen Menschen nach Freiheit trägt sicherlich dazu bei, dass der Mensch – wenn auch auf Umwegen – leichter zu einer echten inneren Freiheit gelangt.

Zuletzt soll noch der positive Einfluss der Spiritualität des *Ignatius* auf den Umgang des Menschen mit seinem Nächsten erwähnt werden. Die ignatianische Spiritualität stellt eine mögliche Option dar, mit deren Hilfe der Mensch die von Gott geforderte Nächstenliebe besser in seiner Glaubenspraxis verwirklichen kann.

---

Zusammenfassend kann daher gesagt werden, dass das Untersuchen verschiedener Beiträge der Sekundärliteratur zu dieser Thematik zu folgendem Ergebnis führt: Die konsultierten Autoren stellen einen positiven Einfluss der ignatianischen Spiritualität auf Christlicher Lebensführung in der Postmoderne fest. Es wäre jedoch illusorisch zu denken, dass sich die Lösungsvorschläge der ignatianischen Spiritualität für Christliche Lebensführung in allen Bereichen und womöglich noch im völligen Umfang realisieren lassen.

---

## 5 PRAKTISCHE UMSETZUNG

In diesem Kapitel werden die aus der Arbeit gewonnenen Erkenntnisse praktisch umgesetzt. Dazu werden die Beiträge von Autoren der Sekundärliteratur zum Thema *Ignatianische Spiritualität* herangezogen. Ursprünglich sollte in der Arbeit der Einfluss ignatianischer Spiritualität auf Christliche Lebensführung auf kirchliche Institutionen, auf die Gesellschaft und auf das Individuum untersucht werden. Doch im Laufe der Arbeit entschied ich mich, meine Untersuchungen auf das Individuum zu beschränken, um mich mit dieser Thematik intensiver beschäftigen zu können. Es sollen Vorschläge und konkrete Hinweise für die praktische Umsetzung Christlicher Lebensführung vorgestellt werden, die auf der ignatianischen Spiritualität basieren, aber auch gleichzeitig den postmodernen Kontext miteinbeziehen. Diese praktischen Vorschläge und Anleitungen sind in erster Linie für Christen gedacht, die schon bewusst eine Entscheidung für Gott getroffen haben. Sie sollen ihnen dabei helfen, eine persönliche Beziehung zu Gott aufzubauen oder zu vertiefen und zum Wachstum und zur Entfaltung ihres Glaubens beitragen.

Die Arbeit zeigte, dass eine christliche Lebensführung auf der Basis ignatianischer Spiritualität den Menschen Orientierung und Lebenssinn verschafft. Weiters soll darauf hingewiesen werden, dass der Praxisteil der Arbeit keineswegs als Patentrezept verstanden werden soll, weil jeder Christ von seiner Biografie, seiner Konfessionszugehörigkeit, seinen bisherigen Glaubenserfahrungen und seiner momentanen Lebenssituation geprägt ist.

### 5.1 Menschen der Postmoderne benötigen Orientierung und Lebenssinn

#### These 1: Menschen sehnen sich nach Spiritualität

Das von Gott in die Menschen grundgelegte Bedürfnis nach Spiritualität stellt die Voraussetzung für christliche Spiritualität und damit auch für die ignatianische Spiritualität dar. Bei der Integration ignatianischer Spiritualität in die Christliche Lebensführung ist es notwendig, dabei die Wünsche, die Lebenssituation, aber vor allem die Herausforderungen und Belastungen der Menschen der Postmoderne in ihrer Suche nach Spiritualität mitzubedenken.

Die Mainzer Kulturanthropologin Ariane Martin hat sich mit der phänomenologischen Erforschung des „spirituellen Feldes“ in Deutschland beschäftigt. In ihrer Studie<sup>44</sup> hat sie dabei einige Grunddimensionen spiritueller Sehnsüchte entdeckt, die für die modernen Menschen in einer säkularen Kultur auf ihren spirituellen Wegen prägend sind. Eine davon ist die *Reise zu sich selbst*, in der Menschen in ihre eigene Lebensgeschichte eintauchen, um ihre eigene Mitte zu finden. Dabei bedienen sie sich vorwiegend der Meditation und der Kontemplation. Eine weitere Dimension des spirituellen Interesses sieht sie in der

---

<sup>44</sup>Repräsentative Studie der Düsseldorfer Identity Foundation, in Zusammenarbeit mit der Universität Hohenheim, zum Thema Spiritualität in Deutschland 2006 (Zulehner 2010:10f).

---

*Wiederverzauberung*<sup>45</sup> der Welt. Die Welt soll nicht nur mit rein physischen Sinnen wahrgenommen werden, sondern mit dem Sehen des Herzens. Der spirituell Suchende sucht *Heilung* nicht in der Medizin oder Psychotherapie, sondern in der geistigen Heilung. Die zeitgenössische Spiritualität bezeichnet Martin als *Reise ins Weite*, die sie als eine ökologische Dimension auffasst. Was das *Weltverhältnis* betrifft, stehen die spirituell Suchenden der Welt skeptisch gegenüber und sehen in ihr eine Sackgasse. Ihr Wunsch ist daher die Schaffung einer neuen Welt (Zulehner 2010:16-19). Ariane Martin hat damit die Sehnsucht der Menschen nach Spiritualität mit ihrer Studie nachgewiesen und die Beweggründe der Menschen dafür präzisiert. These 1 soll im Folgenden durch Beiträge anderer Autoren, aber auch durch persönliche Erfahrungen „untermauert“ werden.

Die Menschen der Postmoderne sehen sich immer mit größeren Anforderungen konfrontiert. Besonders die ständig steigende Berufsbelastung und die enorme Zunahme an Informationen, wie beispielweise durch das Handy oder das Internet, bewirken bei den Menschen Hast und Ruhelosigkeit. Teils durch den Wohlstand bedingt, neigt der Mensch zusehends zur Maßlosigkeit. Für Grün (2016:21f) wird diese Maßlosigkeit besonders in der Werbung sichtbar, die Menschen anstachelt, immer mehr zu kaufen und immer wieder Neues auszuprobieren. Doch auch dadurch wird die wahre Sehnsucht des Menschen nicht gestillt.

Viele Menschen der Postmoderne sehnen sich aufgrund verschiedener Sehnsüchte nach Spiritualität. Aufgrund vieler Belastungen und Überforderungen suchen sie nach spirituellen Angeboten, die ihnen Orientierung, innere Ruhe und ein erfülltes Leben gewährleisten sollen. So kommen zu der von Gott grundgelegten Sehnsucht nach Spiritualität auch spezielle Sehnsüchte der Menschen, deren Ursprung in den gesellschaftlichen Rahmenbedingungen der Postmoderne liegt, dazu.

### **These 2: Ohne christliche Spiritualität gibt es kein erfülltes Leben**

Spirituelle Angebote, die nicht auf christlicher Ethik basieren, können den Menschen nur kurzfristig ein glückliches und erfülltes Leben verschaffen. Häufig stellen sich bei den Menschen nach Phasen des Glücks und der Zufriedenheit postwendend Phasen der Enttäuschung und der Hilflosigkeit ein. Aufgrund negativer Erfahrungen mit nichtchristlichen spirituellen Angeboten suchen die Menschen nach anderen Lösungsangeboten für ihre Lebensbewältigung. Auf diese Weise kommen sie auch mit christlichen Lebensmodellen in Berührung.

Doch im Zeitalter der Postmoderne ist es bei den vielen spirituellen Angeboten oft schwierig zu verstehen, wo der Punkt liegt, auf den es aus christlicher Sicht ankommt (Körner 2008:11). Für Körner ist christliche Spiritualität durch den Heiligen Geist bestimmt, der Jesus als Mensch geleitet hat und der

---

<sup>45</sup>Im Gegensatz zu Max Weber, der die Säkularisierung einst als Entzauberung der Welt beschrieben hatte (Zulehner 2010:17).

---

auch Christen erfüllen und prägen will. Er sieht die Liebe als den Ausgangspunkt jeder christlichen Spiritualität, weil Gott jeden Menschen liebt (:19).

Dadurch wird deutlich, dass es bei christlicher Spiritualität weniger auf menschliche Anstrengungen ankommt, da alles menschliche Bemühen als Reaktion auf die schon vorher ergangene Einladung Gottes verstanden wird. Christliche Spiritualität weckt die Bereitschaft des sinnsuchenden Menschen, eine persönliche Beziehung mit Gott einzugehen. Der Mensch folgt seiner Sehnsucht, den liebenden Gott persönlich kennenzulernen und den Geist Gottes in seinem Innersten wirken zu lassen. Mit einer persönlichen Beziehung zu Gott, mit dem Wirken des Heiligen Geistes sowie einem Leben in Fülle werden drei wesentliche Merkmale Christlicher Lebensführung angesprochen. Wenn sinnsuchende Menschen der Postmoderne christliche Spiritualität so auffassen, dürfen sie nicht nur mit einem erfüllten Leben in dieser Welt rechnen, sondern sie können sich – was weit wichtiger ist – auf ein ewiges Leben freuen.

### **These 3: Christliche Spiritualität muss sich in einer christlichen Lebensführung zeigen**

Es genügt nicht, über christliche Spiritualität Bescheid zu wissen, sondern sie muss auch in der Glaubenspraxis sichtbar werden. Oben wurde schon erwähnt, dass diese Umsetzung zwar menschliches Handeln erfordert, aber dass dazu noch viel mehr die Hilfe des Heiligen Geistes notwendig ist. Aber wie gelangen die Menschen in den Besitz des Heiligen Geistes? Sie können um diesen Heiligen Geist im Gebet, in der Schriftbetrachtung oder auch in der Stille bitten – auch *Ignatius* riet dazu. Gott wird diese Bitten sicher erhören. Durch das Wirken des Heiligen Geistes gelangen die Christen zu einer persönlichen Gottesbeziehung und erfahren dadurch den Willen Gottes. Der Geist Gottes wird sie auch anspornen, die Heilige Schrift zu lesen, in der sich Gott ihnen ebenfalls offenbart. Wenn christliche Lebensführung auf diesem Fundament beruht, werden sich die Beziehungen der Christen zu Gott, zu ihren Nächsten und zu sich selbst in eine positive Richtung verändern.

Doch im postmodernen Zeitalter ist es nicht so leicht, zu einer christlichen Lebensführung zu gelangen. Der Mensch hat es in der heutigen Welt, die durch Brüchigkeit, Zerrissenheit, durch eine immer tiefere Durchmischung von Kulturen und Religionen sowie durch den Pluralismus von Meinungen und Sinnangeboten nicht leicht, sein Leben nach christlichen Werten zu gestalten (Beck 2018:54f).

Anweisungen zu einer christlichen Lebensführung finden die Christen in den Evangelien. Hier erfahren sie, wie Jesus unter den Menschen lebte und wie sie es ihm gleich tun können. In der Bergpredigt (Mt 5-7) erfahren sie – wie damals die Jünger – was Jesus von seinen Nachfolgern konkret verlangt. Auch für *Ignatius* bedeutete christliche Lebensführung, dass sich der Mensch an den Worten und am Handeln Jesu orientiert und stets gehorsam nach dem Willen Gottes fragt. Wird Christliche Lebensführung von Christen im Alltag sichtbar gelebt, beschert sie ihnen ein sinnerfülltes Leben, und sie machen gleichzeitig Gott für ihre Mitmenschen sichtbar.

---

## 5.2 Wie die Menschen zu einem sinnerfüllten Leben gelangen – die ignatianische Spiritualität ist *ein* Weg dazu

Es gibt viele christliche Wege, um Gott zu finden und dadurch zu einem sinnerfüllten Leben schon im Diesseits zu gelangen. Aber wesentlich ist, dass bei einem erfüllten Leben aus christlicher Sicht die Heilsgewissheit das wichtigste Moment darstellt. Die Forschungsfrage der Arbeit besteht darin, positive Beiträge ignatianischer Spiritualität auf Christliche Lebensführung nachzuweisen und in die Praxis umzusetzen. Da in der Arbeit positive Einflüsse der ignatianischen Spiritualität nachgewiesen wurden, werden diese nun in Christlicher Lebensführung praktisch umgesetzt. Bei dieser praktischen Umsetzung wird der Fokus besonders auf das Gebet, die Schriftbetrachtung und Meditation sowie auf das Prinzip der Unterscheidung der Geister und der Wahlentscheidungen gerichtet.

### These 1: Ignatianisches Gebet bereichert Christliche Lebensführung

Das Gebet nimmt in Christlicher Lebensführung eine ganz zentrale Stellung ein. Im Gebet begegnen wir Gott, wir erfahren seinen Willen, wir bitten um den Heiligen Geist und wir pflegen unsere persönliche Beziehung zu ihm. Schon im Kapitel 4.3 (Direkte Gottesbeziehung) wurde deutlich, dass das Gebet ein Instrument darstellt, mit dem der Christ eine direkte Gottesbeziehung aufbauen oder vertiefen kann.

Für das Gebet brauchen wir Orte der Stille, die im postmodernen Zeitalter oft nicht leicht zu finden sind. Aber noch wichtiger ist, dass wir die Bereitschaft und die Sehnsucht, Gottes Nähe zu suchen, mitbringen. Auch für *Ignatius* bedeutete das Gebet auf seinem persönlichen Lebensweg und somit auch in seinen Exerzitien, ein ganz wertvolles „Werkzeug“ für die Nachfolge Christi. Er sah im Gebet vorrangig das Ziel, eine persönliche Beziehung zu Gott zu entwickeln. Da die persönliche Gottesbeziehung integraler Bestandteil Christlicher Lebensführung ist, kommt dem Gebet nach dem Verständnis des *Ignatius* eine besondere Bedeutung zu.

*Ignatius* hatte ein sehr weites Gebetsverständnis und er fasste es kurz und prägnant zusammen: *Gott in allem suchen und finden*. Gebet bedeutete für ihn daher alles, was innerlich auf Gott hin ausgerichtet wird. Daher bestand *Ignatius* auch nicht auf bestimmte Gebetsarten und auf bestimmte Gebetsorte (Kiechle 2017:22). Das weite Gebetsverständnis kommt den Menschen der Postmoderne insofern gelegen, weil es nicht von einer kirchlichen Institution angeordnet wird, sondern eine subjektive Aneignung des Glaubens ermöglicht (Harms 2011:59). Ein weiterer Grund, warum die Gebetsweisen des *Ignatius* Menschen der Postmoderne ansprechen liegt darin, weil sie individuell gehalten sind. Sie helfen vor allem Menschen, die isoliert in oft glaubensfeindlichen Wohngebieten leben (Kiechle 2007:141f). Den Aussagen der Autoren kann ich vollständig beipflichten.

Bei allen Gebeten ist es jedoch notwendig, dass der Beter von seiner Ich-Zentriertheit loslässt, damit sein Gebet nicht nur von eigenen Gedanken bestimmt wird (Kiechle 2017:22). Im Zeitalter der Postmoderne, in der sich der Mensch sein Lebensmodell gerne nach seinen eigenen Wünschen und



---

Vorstellungen zurechtlegt, ist dieses Loslassen von sich selbst, kein leichtes Unterfangen. Doch negative Erfahrungen bezüglich der „selbstkonstruierten“ Lebensführungsmodelle und die steigende Sehnsucht nach Spiritualität wirken sich auf dieses Bemühen positiv aus.

Es erweist sich als schwierig, in einer Zeit der Hektik und Reizüberflutung sowie der Leistungsüberforderung einen stillen Gebetsort zu finden. Nachdem sich Gott nach *Ignatius* jedoch überall finden lässt, wird diese Suche wesentlich erleichtert. Ich möchte daher einige geeignete Gebetsorte anführen – die meisten stammen aus meinen eigenen persönlichen Erfahrungen.

Der beste und ruhigste Ort für das Erlernen und das Ausüben des Gebets ist zweifellos ein Aufenthalt in einem Kloster in Verbindung mit ignatianischen Exerzitien. Doch auch im Alltag lassen sich mit ernsthaftem Willen und mit etwas Phantasie solche stillen Orte für das Gebet ausfindig machen. Das können beispielsweise irgendwelche ruhige Plätze im Haus oder Garten, im Wald bei einem Spaziergang oder auf dem Berg bei einer schönen Bergwanderung sein. Gebet geschieht aber auch in Begegnungen und Gesprächen mit Menschen. Ein kurzes Innehalten bei der Arbeit, in dem der Arbeiter etwa Gott für seinen Arbeitsplatz dankt oder ihn für ein gutes Gelingen der Arbeit bittet, bedeutet Gebet. Eine vernünftige Lebenshaltung und eine angenehme Gebetsatmosphäre wirken sich auf das Gebet positiv aus. Ich stimme Köster (2017:269) zu, dass eine entsprechenden Tagesgestaltung, ein rechtes Maß an Essen, Schlaf und Erholung, aber auch der Verzicht auf den Kontakt nach außen (Handy, Internet) während der Gebetszeit positive Voraussetzungen für ein fruchtbares Gebet darstellen.

Gebet hat auch immer mit unserer Gewissensbildung zu tun. Gerade in der persönlichen Gottesbeziehung zeigt uns Gott, was er von uns möchte oder was wir unterlassen sollen. Er gibt uns aber auch zu verstehen, was gut oder böse und was wahr oder falsch ist. Auf diese Weise wird unser Gewissen geschärft, und es gelingt uns dadurch besser, im Alltag die richtigen Entscheidungen zu treffen. In unserer Zeit, in der sich viele Menschen wenige Gedanken über das Gewissen und über Lügen machen, kommt dem Gebet daher eine besondere Bedeutung zu.

Obwohl *Ignatius* kaum Wert auf lange und zusammenhängende Gebete legte, sah er doch in der Erforschung des Gewissens das wichtigste tägliche Gebet und forderte zu einem betenden Tagesrückblick auf. Am besten soll der Beter am Abend den vergangenen Tag reflektieren und alles Gelungene, aber auch alle Verfehlungen vor Gott bringen. In einem abschließenden Gebet dankt der Christ Gott für alles Schöne und Gelungene an diesem Tag und bittet Gott dort um Verzeihung, wo er an diesem Tag schuldig geworden ist. Auf diese Weise kann der Mensch seine persönliche Beziehung zu Gott allmählich vertiefen (Kiechle 2007:145f). Dadurch findet der Christ nach einem vielleicht ereignisreichen Tag wieder zu seiner inneren Ruhe.

Für das Gebet hat die Fähigkeit des Schweigens eine gewichtige Bedeutung. Das Schweigen ist eine Tugend, die dem Menschen der Postmoderne auf den ersten Blick vermutlich nicht erstrebenswert

---

erscheint. Es sind eher Tugenden wie Sprachgewandtheit oder Durchsetzungsvermögen gefragt. Doch für den Beter ist das Schweigen eine notwendige Voraussetzung, um auf seinem Gebetsweg voranzukommen und seine persönliche Beziehung zu Gott entwickeln oder vertiefen zu können. Nach Körtner (2021:66) muss der Mensch das Schweigen erlernen, um Gott hören zu können. Andernfalls wird eine Zwiesprache mit Gott nicht möglich sein, sondern es wird weiterhin eher bei einem Selbstgespräch bleiben.

Als beste Möglichkeit, das Schweigen zu erlernen, bietet sich ein Besuch in einem Kloster an. Klöster bieten in ihren Angeboten zur Glaubensvertiefung auch spezielle Veranstaltungen an, in denen das Schweigen als wertvolle Methode der Gottesbegegnung geübt werden kann. Im postmodernen Zeitalter, das von Lärm, von einem Überangebot an Informationen und durch die vielen Angebote der Werbung geprägt ist, gewinnt das Schweigen immer mehr an Bedeutung. Für Christliche Lebensführung bedeutet die Aufnahme des Schweigens einen enormen Gewinn, weil mystische Elemente ihr neue Impulse verleihen.

Abschließend werden noch einige Ratschläge und praktische Tipps bezüglich des Gebets angeführt:

- Suche nach ruhigen ansprechenden Gebetsorten!
- Wenn es dir möglich ist, plane Klostersaufenthalte ein!
- Bete in der freien Natur!
- Orientiere dich beim Beten an der Heiligen Schrift!
- Verwende verschieden Arten des Gebets wie beispielsweise vorformulierte Gebete, freie und spontane Gebete, Tagesrückblick oder die Meditation!
- Versuche, Gott in den verschiedensten Situationen in deinem Alltag im Gebet zu begegnen!
- Baue in deinem Gebet immer wieder Phasen des Schweigens ein!
- Pflege auch das gemeinsame Gebet mit anderen Christen!
- Bereite dich auf das Gebet vor und lege dir bestimmte Rituale vor und nach dem Gebet zurecht!

Gebetsinhalte und Gebetsgestaltung muss jeder Christ letztendlich aber selbst für sich herausfinden.

## **These 2: Ignatianische Schriftbetrachtung und Meditation bereichern Christliche Lebensführung**

Die Heilige Schrift ist für uns Menschen die wichtigste Quelle der Offenbarung Gottes, und sie ist ebenfalls ein sehr geeignetes Mittel eine *direkte Gottesbeziehung* aufzubauen (Siehe Kapitel 4.3) Durch die Schriftbetrachtung wird es uns möglich, unsere Beziehung zu Gott zu vertiefen. Das setzt jedoch voraus, dass wir die Heilige Schrift als das vom Heiligen Geist inspirierte Wort Gottes anerkennen. Beim Lesen der Schrift sollten wir davon überzeugt sein, dass Gott auch heute noch mit Hilfe des Heiligen Geistes durch die Schrift zu uns spricht.

Die Heilige Schrift ist ein konstitutives Element Christlicher Lebensführung. Im Zeitalter der Postmoderne ist es oft schwierig, die Menschen zum Lesen der Schrift zu bewegen. Die Gründe sind ähnlich,

---

wie sie oben in These 1 (Gebet) beschrieben wurden. Die Amtskirchen bieten daher Bibelschulungen, Bibelkreise und spezielle Seminare an, um Christen die Schriftbetrachtung schmackhaft zu machen und sie darin anzuleiten. Dabei müssen Kirchen darauf Bedacht nehmen, dass sie diese Angebote in einem entsprechenden Ausmaß anbieten und für deren Leitung qualifizierte und überzeugte Theologen und Laien aussucht.

Es ergeben sich durch die gesellschaftlichen Rahmenbedingungen der Postmoderne für die Heilige Schrift jedoch auch neue Chancen. Wenn die Schrift für den Menschen zur Maxime seines Handelns wird, fallen ihm Handlungsentscheidungen wesentlich leichter. Schrift und Meditation werden dem postmodernen Menschen aber auch dabei helfen, seine Ruhelosigkeit und seinen Stress zu verringern.

Es gibt verschiedene Dimensionen der Schriftbegegnung. Im Folgenden wird ausgeführt, wie sich die Schriftbetrachtung nach dem Verständnis des *Ignatius* im jetzigen Zeitalter in die Praxis umsetzen lässt und damit Christliche Lebensführung bereichert.

Die Heilige Schrift stellt für *Ignatius* einen Ort der Gottesbegegnung dar. Bei der Schriftbetrachtung sind für ihn besonders die inneren Vorgänge des Schriftbetrachters und eine sinnliche Herangehensweise an die Schrift von Bedeutung. Der Bibelleser soll sich den Schauplatz der biblischen Handlung vorstellen und sich in verschiedene Personen hineinversetzen. Auf diese Weise wird die Heilige Schrift nicht nur mit dem Verstand wahrgenommen, sondern es sind auch Gefühle und innere sinnliche Vorgänge daran beteiligt. Dieses Meditieren von Bibeltexten wird allmählich die persönliche Beziehung des Christen zu Gott vertiefen. Da der Mensch der Postmoderne gar nicht mehr alle Dinge rational erfassen möchte, wird er diese Art von Schriftbetrachtung einer rein vernunftmäßigen Schriftbegegnung vorziehen. Doch ganz gleich für welche Herangehensweise an die Heilige Schrift sich Christen entscheiden, sie sind immer auf das Wirken des Heiligen Geistes angewiesen.

So wie beim Gebet wirkt sich auch für die Heiligen Schrift eine angenehme und ruhige Atmosphäre positiv aus. Das kann ein bewusst ausgewählter Platz, ein stilles kurzes Gebet oder auch das Anzünden einer Kerze sein. Dadurch sollen innere sinnliche und emotionale Vorgänge in Gang gesetzt werden. Aber auch abgeschiedene Plätze in der Natur eignen sich hervorragend für die Schriftbetrachtung. Die besten und ruhigsten Plätze bieten jedoch wieder die Klöster an. Mehrtägige Klosteraufenthalte eignen sich am besten, sich in der ignatianischen Schriftbetrachtung anleiten zu lassen. Das Schaffen dieser günstigen äußeren Voraussetzungen gewinnt in der Ruhelosigkeit und Reizüberflutung der Postmoderne ständig an Bedeutung.

Anschließend werden nun einige Anregungen und praktische Tipps für die Schriftbegegnung vorgestellt. Zur besseren Übersicht werden diese ganz einfach aufgelistet:

- Der Text wird *leise* oder *laut aufmerksam* gelesen, vielleicht auch im Dialekt.
- Es wird ein ganzes Evangelium oder ein ganzer Brief *am Stück gelesen*.

- 
- *Benediktinische Methode*: Zuerst wird ein Stück gelesen, danach wird innegehalten und zuletzt wird ein persönliches Gebet gesprochen.
  - Der Text wird je nach Gefühlsstimmung mit verschiedenen Farben unterstrichen (psychografische Lektüre).
  - Jesus und Gottesnamen werden durch „Du“, das Volk Israel und andere Personennamen durch „Ich“ ersetzt.
  - Es wird mit dem Bleistift in der Hand gelesen: Pfeil bedeutet Betroffenheit, Rufzeichen eine neue Einsicht und Fragezeichen, wenn man etwas nicht versteht (Vestra-Methode).
  - Es wird mit einer *bestimmten Fragestellung* gelesen.
  - Beim Lesen werden *Schlüsselfragen* gestellt (Körner 2008:27f).

Vor der Schriftbetrachtung sollten die Bibelleser in einem Gebet den Heiligen Geist bitten, dass er ihnen zeigt, was Gott ihnen mit der Textstelle sagen möchte. Nach *Ignatius* sollen die Christen vor dem Lesen der Heiligen Schrift um folgendes bitten: um „innere Erkenntnis unseren Herrn Jesus Christus, der für mich Mensch geworden ist, - damit ich ihn mehr liebe und ihm besser nachfolge“ (EB 104). Eine weitere Anregung zur Schriftbetrachtung besteht darin, dass die Heilige Schrift nicht ausschließlich alleine gelesen werden soll, sondern auch in der Gemeinschaft mit Mitchristen. Dazu eignen sich Haus- und Bibelkreise oder Wochenendseminare. Vom Inhalt her riet *Ignatius* vornehmlich zu biblischen Texten aus den Evangelien, die das Leben Jesu thematisieren.

Der Sinn der Heiligen Schrift wird nach ignatianischem Schriftverständnis vorwiegend durch Meditation erschlossen. Für *Ignatius* gehören daher Schrift und Meditation untrennbar zusammen. Unter Meditation wird in der Postmoderne Unterschiedliches verstanden. Häufig erweckt Meditation jedoch die Hoffnung, dass sie dem gestressten Menschen Ruhe verschafft. Von daher ergibt sich für christliche Meditation ein guter Anknüpfungspunkt.

Insgesamt hat sich jedoch bestätigt, dass die Schriftbetrachtung, die sich an der Spiritualität des *Ignatius* orientiert, Christliche Lebensführung auch im Zeitalter der Postmoderne bereichert.

### **These 3: Die Unterscheidung der Geister und Entscheidungen bereichern Christliche Lebensführung**

Das geistliche Prinzip der *Unterscheidung der Geister* hilft uns, unsere persönliche Beziehung zu Gott zu vertiefen und unseren Nächsten in christlicher Weise zu begegnen. Durch gelebte Gottes- und Nächstenliebe gelangen wir zu einem sinnerfüllten Leben. Das setzt voraus, dass wir in unserem Leben wenigstens größtenteils die richtigen Entscheidungen treffen. Dazu brauchen wir aber die innere Freiheit, um aus mehreren Alternativen die „richtige“ Handlungsentscheidung treffen zu können. Da Gottes- und Nächstenliebe die Basis für Christliche Lebensführung darstellen, kommt der Unterscheidung der Geister eine besondere Bedeutung zu.

---

Die Unterscheidung der Geister wurde im Kapitel 4.3 (Die Beziehung zum Nächsten) schon sehr ausführlich behandelt, hier wird sie nur in aller Kürze dargestellt. Nach *Ignatius* werden menschliche Entscheidungen vor allem von inneren Neigungen und Antrieben beeinflusst – er nennt sie *innere Regungen*. Er schlug daher vor, auf diese inneren Neigungen zu hören und sie zu ordnen. Der Mensch sollte sich im Schweigen Gott zuwenden, damit der Heilige Geist ihm zeigt, welchen Neigungen er nachgehen soll und welche er verwerfen soll. Auf diese Weise erlangt der Christ die innere Freiheit für seine Handlungsentscheidungen. Entscheidungen sollen nur in Zeiten des Trostes getroffen werden.

Bei der praktischen Umsetzung des Prinzips der Unterscheidung der Geister im Zeitalter der Postmoderne müssen die gesellschaftlichen Rahmenbedingungen mitberücksichtigt werden. Für die modern-naturwissenschaftlichen Menschen der Postmoderne ist es schwer vorstellbar, dass innere Antriebe von Gott stammen könnten. Karl Rahner meinte in diesem Zusammenhang dazu, dass der Mensch kaum bereit sein wird, Bewusstseinsäußerungen der Einwirkung Gottes zuzuschreiben. Er wird seine Stimmungen und Antriebe eher auf Hormone, auf das Wetter oder auf das Unterbewusstsein zurückführen als das Eingreifen transzendenter Mächte (Beck 2018:140).

Damit stellt sich jedoch die Frage, was kann den postmodernen Menschen bewegen, dass er überhaupt in Betracht zieht, dass diese inneren Regungen auch von Gott stammen könnten? Für De Mello (2013:136) ist zunächst ein Bedürfnis nach Spiritualität notwendig. Je mehr der Mensch in seiner Spiritualität wächst, desto eher gelingt es ihm, die inneren Bewegungen wahrzunehmen. Durch das Mitwirken des Heiligen Geistes entwickelt der Christ das notwendige Sensorium, um damit die Herkunft seiner inneren Antriebe eruieren zu können. Verursachen sie in ihm ein Gefühl des *Trostes* und des inneren Friedens, stammen sie von Gott und sollten deshalb aufgenommen und weiterverfolgt werden. Lösen die inneren Antriebe im Christen ein Gefühl der Traurigkeit und Trostlosigkeit aus, stammen sie vom Satan und er sollte sie daher verwerfen (:135f). Doch das Prinzip der guten und bösen inneren Antriebe lässt sich im Zeitalter der Postmoderne nicht so einfach in die Praxis umsetzen.

In der heutigen Zeit nehmen Depressionen und andere psychische Krankheiten enorm zu. Es besteht daher das Problem, wie etwa beispielsweise Euphorie von geistlicher Tröstung oder eine Depression von geistlicher Trostlosigkeit unterschieden werden kann. Hier ist kluges Vorgehen, aber auch das Heranziehen wissenschaftlicher Disziplinen – im Besonderen der Psychologie – gefragt (De Mello 2013:137-139).

Die Illusion, – die Erfüllung jeglicher Wünsche und Sehnsüchte – die den Menschen besonders durch die Werbung und durch die Medien suggeriert wird, wird durch negative Erfahrungen häufig rasch zerstört. Doch mit Hilfe des Heiligen Geistes hat der Christ den Willen Gottes erfahren und außerdem seine innere Wahlfreiheit erlangt. So ist er jetzt in der Lage, die inneren Antriebe auszuwählen, die zur größeren Ehre Gottes führen und ihm näher zu Gott bringen. Außerdem sollen die ausgewählten Entscheidungen auch dem Wohl des Nächsten dienen.

---

In der Praxis sind so wie beim Gebet oder bei der Schriftbetrachtung auch bei diesen geistlichen Prozessen, Ort der Ruhe und Stille notwendig. Die Christen sind während des gesamten geistlichen Wachstumsprozesses der Unterscheidung der Geister auf das Mitwirken des Heiligen Geistes angewiesen. Sie sollen daher im Gebet um die Hilfe des Heiligen Geistes bitten, damit dieser sie befähigt, den Willen Gottes in die Tat umzusetzen. Im Alltag des Christen ergibt sich eine Vielzahl von Möglichkeiten, um diesen göttlichen Beistand zu erbitten: Das kann beispielsweise während einer „Stillen Zeit“, während einer Schriftbetrachtung, in der Natur, im Schweigen, bei einem Morgengebet oder auch auf der Fahrt zur Arbeit sein.

Vor wichtigen Entscheidungen ist es für Christen von Vorteil, wenn sie sich in die Stille zurückziehen und beten, wie es viele geistliche Meister und Jesus selbst tat. Dabei ist es hilfreich, täglich feste stille Zeiten zu pflegen, einen regelmäßigen Tagesrückblick einzuplanen und einen monatlichen „Wüstentag“ einzuführen. Auch das Lesen geeigneter Bibelstellen wirkt sich auf die Entscheidungen der Menschen positiv aus. In vielen Szenen, Bildern und Personen entdeckt der Bibelbetrachter sein eigenes Leben und bestimmte Lebenssituationen. Orientiert er sich am Wort Gottes – besonders am Handeln Jesu – werden ihm seine Entscheidungen wesentlich leichter fallen. Selbstverständlich sind Exerzitien keine Methode, die richtige Entscheidungen garantieren können, doch die Stille des Klosters und besonders die Einzelgespräche des Exerzitien-Begleiters können den Exerzitanten bei ihren Entscheidungsfindungen eine wertvolle Hilfe sein (Kiechle 2018:45-49).

Kiechle (2018:69-77) führt einige Leitsätze für richtiges Entscheiden an:

Der Mensch sollte bei seinen Entscheidungen ein entsprechendes Zeitgefühl entwickeln. Er sollte seine Entscheidungen nicht überstürzt treffen, sie aber auch nicht verschleppen. Weiters wäre es für ihn hilfreich, mit äußerem Zeitdruck umgehen zu lernen und seine Entscheidung in einen realistischen Zeitplan zu gliedern. Der Christ sollte beim Prüfen seiner Alternativen auch den Rat seiner Freunde und kompetenter Personen einholen. Kiechle empfiehlt, dass der Mensch bei seinen Entscheidungen seinen Verstand, sein Herz und seine Intuition miteinbezieht. Er sollte keine Entscheidung fällen, wenn er sich in einer Krise befindet. Auch das Erkennen und Akzeptieren seiner Grenzen erleichtern ihm, die richtige Wahlentscheidung zu treffen. Doch der wichtigste Leitsatz für richtiges Entscheiden besteht darin, dass sich der Christ bei seinen Entscheidungen an der Lehre, am Verhalten und an der Person Jesu orientiert.

Das geistliche Prinzip *Unterscheidung der Geister* ist in der Lage, Christlicher Lebensführung aus folgenden Gründen ganz neue Impulse zu geben: Sie macht den Christen bewusst, dass ihre Entscheidungen weniger von äußeren Zwängen abhängen als von ihren inneren Haltungen und Antrieben. Sie zeigt ihnen aber auch, dass sie allein durch ihre eigenen Anstrengungen keine freien Entscheidungen treffen können, sondern dabei immer auf die Hilfe des Heiligen Geistes angewiesen sind.

---

Insgesamt bereichert das ignatianische Prinzip *Unterscheidung der Geister* Christliche Lebensführung insofern, weil es die persönliche Beziehung des Christen zu Gott vertieft und er dadurch sein Handeln auf Gott und den Nächsten ausrichtet.

### **5.3 Ein Leben in Fülle durch Christliche Lebensführung auf der Basis ignatianischer Spiritualität**

In der Heiligen Schrift verspricht uns Jesus ein Leben in Fülle. Christen wissen, dass es für sie ein Leben in Fülle schon im Diesseits gibt, jedoch nur im eschatologischen Sinn, von *schon, aber noch nicht ganz*. Letzteres bezieht sich auf die menschliche Begrenztheit und auf die Sündhaftigkeit der Menschen. Auch die ignatianische Spiritualität kann selbstverständlich diese Begrenztheit des Menschen nicht überwinden, aber sie stellt den Menschen geeignete Mittel zur Verfügung, damit sie einem Leben in Fülle einen Schritt näherkommen. Da Christliche Lebensführung auf der Gottesbeziehung, auf der Beziehung zum Nächsten und auf der Beziehung des Menschen zu sich selbst basiert und diese Kategorien in dieser Arbeit schon mehrmals verwendet wurden, kommen sie auch in diesem Unterkapitel zur Anwendung. Es sei mir gestattet, im Folgenden auch einige persönliche Glaubenserfahrungen einzubringen.

#### **These 1: Christliche Lebensführung auf der Basis ignatianischer Spiritualität vertieft die Gottesbeziehung und sorgt damit für ein Leben in Fülle**

Ein schönes, gutes und gesundes Leben möchten alle Menschen – ob Christen, Mitglieder anderer Religionen oder Atheisten – in dieser Welt verbringen. Aber wie kann so ein gutes Leben gelingen?

Eine tiefe Gottesbeziehung ist *die* Grundvoraussetzung für ein gelungenes und sinnerfülltes Leben. Nach *Ignatius* können die Christen Gott überall im Alltag finden. Das bedeutet, dass Christen, Gott immer und überall begegnen und mit ihm in Beziehung treten können. Gott ist somit für sie immer erreichbar. Je öfter die Menschen von dieser Möglichkeit Gebrauch machen, desto mehr wird sich ihre persönliche Beziehung zu Gott vertiefen. Als begeisterter Bergwanderer finden für mich die tiefsten Gottesbegegnungen in der freien Natur statt. Diese Erfahrung machte ich zwar auch früher schon, aber durch die Auseinandersetzung mit der ignatianischen Spiritualität ist mir dies noch bewusster geworden. Daher packe ich jetzt die Bibel in den Rucksack und halte meine Gebetszeit während einer Wanderung eben im Freien.

Auch die sinnliche Schriftbegegnung, wie sie *Ignatius* vorschlägt, bereichert die Gottesbeziehung der Christen der Postmoderne. Sie achten wieder mehr auf ihre inneren Antriebe und Gefühle. Daher können sie durch das Meditieren von Bibeltexten das Wort Gottes viel tiefer in sich aufnehmen. Durch das bewusste Wahrnehmen ihrer inneren Haltungen und Gefühle können sie nach *Ignatius* aber auch den Willen Gottes leichter erfahren. Er führt dies in seinem Prinzip der Unterscheidung der Geister aus.

Menschen sehnen sich nach innerer Ruhe und sind daher auf der Suche nach ruhigen Orten, um sich eine Auszeit zu nehmen. Manche Menschen suchen zu diesem Zweck auch Klöster auf, um im

---

Schweigen zu sich selbst zu finden oder aber auch um Gott zu begegnen. Sie befolgen damit bewusst oder unbewusst einen Rat des *Ignatius*.

Somit wurden einige Möglichkeiten ignatianischer Spiritualität aufgezeigt, mit deren Hilfe Christen ihre Beziehung zu Gott vertiefen können. Eine gelungene Gottesbeziehung ist wiederum zwingend für ein sinnerfülltes Leben der Christen notwendig.

### **These 2: Christliche Lebensführung auf der Basis ignatianischer Spiritualität bereichert die Beziehung zu Nächsten und sorgt damit für ein Leben in Fülle**

Die zweite Voraussetzung für ein Leben in Fülle besteht darin, dass die Menschen ihre Nächsten mit Achtung, Wertschätzung und mit Liebe begegnen. Die Beziehung zum Nächsten ist biblisch begründet, und zwar im Gebot der Nächstenliebe.

*Ignatius* sieht das Gebot der Nächstenliebe in einem *indifferenten* Verhalten des Menschen. Damit ist gemeint, dass der Christ sein Handeln zunächst am Willen Gottes, aber auch an seinen Nächsten ausrichtet. Seine Handlungen müssen daher auf das Wohl seiner Mitmenschen abzielen und nicht auf seine eigenen Vorteile und egoistischen Wünsche. Zur wahren Nächstenliebe, wie sie Christus vorgelebt hat, können die Menschen jedoch nicht allein durch ihre eigenen Anstrengungen gelangen, sondern sie sind dabei auf die Hilfe des Heiligen Geistes angewiesen.

Nächstenliebe verlangt von den Christen, ihre Mitmenschen mit all ihren Sorgen und Nöten bewusst wahrzunehmen. Christen sollen für die Nächsten beten, sie aber auch bei verschiedenen praktischen Dingen des Alltags unterstützen. Wenn wir unsere Mitmenschen in christlicher Weise begegnen, hat das auch Auswirkungen auf unser eigenes Leben. Sie erfahren dadurch eine große Bereicherung und Zufriedenheit in ihrem eigenen Leben. Ich darf auch hier wieder eine persönliche Glaubenserfahrung einflechten. Einige Jahre besuchte ich regelmäßig meine blinde Tante und später eine andere Frau im Altenheim. Noch heute verspüre ich dieses Gefühl des Glücks und der Zufriedenheit, das ich beim Verlassen des Altenheims jeweils empfand. Wenn sich Nächstenliebe durch indifferentes Verhalten der Menschen äußert, trägt sie wesentlich für ein gelungenes Leben bei.

### **These 3: Christliche Lebensführung auf der Basis der Spiritualität bereichert die Beziehung zu sich selbst und sorgt damit für ein Leben in Fülle**

Menschen müssen mit sich selbst ins Reine kommen, um ein zufriedenes und sinnerfülltes Leben führen zu können. Die Eigenliebe des Menschen kommt im Leben der postmodernen Menschen häufig zu kurz. Leistungsdruck, aber auch der Wunsch, von den Mitmenschen anerkannt und bewundert zu werden, ihnen aber gleichzeitig alles rechtmachen zu wollen, sind nur einige Gründe dafür.

*Ignatius* schlägt dazu folgende Lösung vor: Am Beginn des Exerzitien-Prozesses erfahren die Exerzitanten, was Gott für sie persönlich alles getan hat und wie sehr Gott sie schätzt und liebt. Diese große



---

Wertschätzung, die die Christen durch Gott erfahren, macht es ihnen möglich, sich selbst schätzen und lieben zu lernen. Aus dem Bewusstsein heraus, von Gott so sehr geliebt zu sein, erweckt in ihnen die Sehnsucht, Gottes Liebe zu erwidern. Diese innige wechselseitige Beziehung führt in weiterer Folge bei den Menschen dazu, dass ihr Gewissen geschärft wird, sie ihre innere Handlungsfreiheit erlangen und sie mit dem Beistand des Heiligen Geistes rechnen können. Das größte Geschenk, das den Menschen durch dieses tiefe Beziehungsverhältnis zuteilwird, ist ihre Heilsgewissheit.

Die Fähigkeit des Menschen, Gott, den Nächsten, aber auch sich selbst lieben zu können, verändert sein Leben radikal – zu einem Leben in Fülle. Abschließend kann daher festgehalten werden, dass die Spiritualität des *Ignatius* Christliche Lebensführung in allen drei Bereichen – Gottesbeziehung, Beziehung zu Nächsten und die Beziehung zu sich selbst – bereichert.

---

## 6 FAZIT

Im Schlussteil der Arbeit werden die wesentlichen Erkenntnisse zusammengefasst und kommentiert.

### 6.1 Erkenntnisgewinn

In der Einleitung wurde die Vermutung geäußert, dass die meisten Menschen der Postmoderne Spiritualität und Christliche Lebensführung eher als unattraktiv erachten. Doch im Verlauf der Arbeit zeigte sich sehr rasch, dass diese Vermutung nicht zutrifft. Vielmehr stellte sich das Gegenteil heraus: Bei den säkular-lebenden Menschen aber auch bei den Christen der postmodernen Gesellschaft ist eine ständig steigende Sehnsucht nach Spiritualität festzustellen. Durch den Pluralismus und die Ausweitung des religiösen Feldes hat sich der Begriff Spiritualität in den letzten Jahren sehr verändert. Die Menschen suchen Spiritualität immer weniger in den Amtskirchen, weil sie sich Spiritualität und Glauben nicht von kirchlichen Autoritäten anordnen lassen wollen. Sie ziehen es daher vor, aus der Vielzahl von spirituellen Angeboten jene zu wählen, die ihren Wünschen, Interessen und Lebensvorstellungen am besten entsprechen. Dazu zählen alternative Entspannungstechniken, Yoga-Kurse oder Selbstverwirklichungsseminare, um nur einige zu nennen. Diese Entwicklung macht es daher notwendig zwischen den sogenannten „Wohlfühlreligionen“ und christlicher Spiritualität beziehungsweise christlichem Glauben zu unterscheiden. Christliche Spiritualität hebt sich von den zahlreichen spirituellen Angeboten dadurch ab, dass sie auf der Ethik Jesu und somit auf der Heiligen Schrift basiert. Dazu zählt auch die ignatianische Spiritualität.

Das verstärkte Bedürfnis nach Spiritualität erhöht auch die Chance Christlicher Lebensführung, als mögliche Option gewählt zu werden. Nach Zulehner (2010:13) liegt der mit Abstand größte Anteil der Bevölkerung, für den Spiritualität grundsätzlich in Frage kommt, zwischen den beiden Polen – der Christen und der Nichtgläubigen. Doch durch den Pluralismus der Religionen und spiritueller Angebote in der Postmoderne ist es für Christliche Lebensführung insgesamt doch schwieriger geworden, für suchende Menschen eine mögliche Option darzustellen.

In der Einleitung wurde auch die Frage aufgeworfen, weshalb die Spiritualität des *Ignatius* für die Menschen der Postmoderne immer noch Relevanz besitzt. Mit Hilfe der gewonnenen Erkenntnisse dieser Arbeit soll diese Frage in groben Zügen beantwortet werden. Ein Grund besteht in der Sehnsucht nach Spiritualität. Gerade in einer Zeit, in der der Mensch ständig herausgefordert, häufig auch überfordert wird, sucht er nach Halt und Orientierung in seinem Leben.

In den letzten Jahrzehnten hat sich ein Wandel von einer institutionalisierten Religion zu einer *individualisierten* Religiosität vollzogen. Da auch die ignatianische Spiritualität den Menschen in das Zentrum stellt, ist sicher auch ein Mitgrund, warum postmoderne Menschen für die ignatianische Spiritualität Interesse zeigen. Auch die menschliche Handlungsfreiheit ist ein gewichtiger Grund, weshalb die Menschen auch heute noch die ignatianische Spiritualität als attraktiv empfinden. Sie wollen ihre

---

Entscheidungen nicht auf Anordnungen äußerer Autoritäten treffen, sondern sie möchten diese nach ihren eigenen Vorstellungen fällen. Auch *Ignatius* sprach sich bei menschlichen Entscheidungsprozessen gegen jegliche Einmischung der Kirche und andere Autoritäten aus.

Der Mensch sehnt sich aufgrund zahlreicher Herausforderungen in der Postmoderne nach innerer Ruhe. Vieles spricht dafür, dass die Sehnsucht nach innerem Frieden für manche Menschen ein Beweggrund darstellt, sich mit der ignatianischen Spiritualität auseinanderzusetzen. Für *Ignatius* besteht eine wesentliche Voraussetzung zur Erlangung der inneren Ruhe darin, dass der Mensch seine inneren Belastungen und ungeordnete Haltungen los wird und nach dem Willen Gottes fragt.

In dieser Arbeit galt es zu untersuchen, ob die ignatianische Spiritualität Beiträge für die Anbahnung, für ein besseres Verständnis und zu einer Vertiefung Christlicher Lebensführung sowie deren praktischen Umsetzung leisten kann. Nach dem Verständnis des Autors wurde in dieser Arbeit Christliche Lebensführung durch die Beziehung zu Gott (Gottesliebe), durch die Beziehung zum Nächsten (Nächstenliebe) und durch die Beziehung zu sich selbst (Eigenliebe) definiert. Durch das Untersuchen des Exerziten-Prozesses konnten wesentliche Aspekte der Exerziten herausgefiltert werden und auf diese Weise die Spiritualität des *Ignatius* sichtbar gemacht werden (Kapitel 3). Im 4. Kapitel wurden die spirituellen Aspekte der ignatianischen Spiritualität aus der Sicht der Autoren der Sekundärliteratur untersucht. Dadurch wurden die notwendigen Erkenntnisse gewonnen, wie die ignatianische Spiritualität Christliche Lebensführung in der Postmoderne bereichern kann.

Im Kapitel 1.3.2 wurde schon erwähnt, dass sich Christliche Lebensführung konkret in einer persönlichen Gottesbeziehung, in der Orientierung an der Heiligen Schrift, im Vertrauen auf den Heiligen Geist und auf ein Leben in Fülle schon in der irdischen Welt, ausdrückt.

So wie Christliche Lebensführung sieht auch die ignatianische Spiritualität eine persönliche Beziehung zwischen Gott und den Menschen vor. Nach *Ignatius* können Menschen Gott *in allen Dingen* begegnen und mit ihm in Beziehung treten. Da der Mensch der Postmoderne tendenziell Gott weniger in den Kirchen sucht – Statistiken über Kirchenaustritte belegen das – spricht ihm diese Art Gottesbegegnung an und bereichert damit Christliche Lebensführung. Besonders die Gottesbegegnung in der freien Natur – in Gottes Schöpfung – gilt als fruchtbarer und beliebter Weg der Gottesbegegnung. Einerseits verhilft er dem Menschen zu einem positiven Bezug zur Welt und zu einem gläubigen Umgang mit der Schöpfung und andererseits kommt sie seinem Bestreben, seinen Körper fit und gesund zu halten, sehr entgegen. In Bezug zur Klimaveränderung und zur gesamten Umweltproblematik erfährt dieser Weg der Gottesbegegnung dadurch eine hohe Aktualität. Christliche Lebensführung gewinnt durch die Gottesbegegnung nach ignatianischer Tradition neue Möglichkeiten für eine Glaubensvertiefung.

Auch das ignatianische Gebetsverständnis und seine Gebetspraktik wirken sich auf christliche Lebensführung in der Postmoderne positiv aus, weil *Ignatius* besonders im Gebet ein geeignetes Mittel sah,

---

eine persönliche Beziehung zu Gott aufzubauen. Er hatte ein sehr weites Gebetsverständnis, er drückte es in seinem *Gott in allen suchen und finden* aus. Da sich sehr viele Glaubenssuchende heutzutage wenig mit vorgeschriebenen Gebetszeiten, Gebetsorten und bestimmten Gebetsarten anfreunden können, spricht sie das weite Gebetsverständnis des *Ignatius* besser an als klar festgelegte Gebetsanweisungen. Gebet bedeutete für *Ignatius* immer auch ein Loslassen von eigenen Wünschen und Plänen. Die Überwindung der Ich-Zentriertheit ist im postmodernen Zeitalter nicht immer einfach, weil viele Menschen dazu neigen, sich ihre Lebensmodelle selbst zurechtzulegen. Doch negative Erfahrungen mit ausschließlich selbst entwickelten Lebensplänen und das steigende Bedürfnis nach Spiritualität können in diesem Kontext wieder einiges aufwiegen. Für ein fruchtbares Gebet ist es notwendig, ruhige Orte aufzusuchen und die Tugend des Schweigens zu erlernen. Mit dem weiten Gebetsverständnis des *Ignatius* und dem Schweigen ergeben sich für Christliche Lebensführung neue Gebetswege.

Christliche Lebensführung betrachtet die Heilige Schrift als Quelle der Offenbarung Gottes. Die Schrift wird als wahres Wort Gottes aufgefasst und durch sie spricht Gott auch heute noch zu den Menschen. Der Christ bittet im Gebet um den Heiligen Geist, damit ihm dieser das Wort Gottes verständlich macht. *Ignatius* hatte ein ähnliches Schriftverständnis, doch er bevorzugte eine sinnliche Herangehensweise an die Schrift. Für ihn waren vor allem die inneren Vorgänge des Schriftbetrachters von Bedeutung und es ging ihm dabei um das Schauen und Erleben von den Bibeltexten. Im Mittelpunkt stand damit das Meditieren von Texten. Da der Christ der Postmoderne immer stärker ein Gefühl entwickelt, nicht alles rational erfassen zu müssen, kommt ihm diese Art von Schriftbetrachtung sehr entgegen. Für Christliche Lebensführung bedeutet die sinnliche Schriftbetrachtung einen zusätzlichen Weg der Gottesbegegnung.

Nach Christlicher Lebensführung sollen alle Handlungsentscheidungen nach dem Willen Gottes getroffen werden. Im Zeitalter der Postmoderne ist der Mensch mit seinen vielen Entscheidungen, die er zu treffen hat, sehr häufig überfordert. Für diesen Entscheidungsprozess bietet *Ignatius* mit seinem Konzept der *Unterscheidung der Geister* eine wertvolle Hilfe an. Mit Hilfe dieses geistlichen Modells lernt der Christ zu unterscheiden, woher seine inneren Antriebe stammen. Mit der Hilfe des Heiligen Geistes kann er die Stimme Gottes heraushören und auf diese Weise die richtigen Entscheidungen treffen. Dieses geistliche Konzept des *Ignatius* hilft dem postmodernen Menschen, die richtige Wahl für seine Entscheidungen zu treffen.

Im praktischen Teil der Arbeit wurde auf einige Möglichkeiten hingewiesen, wie sich die Spiritualität des *Ignatius* in Christlicher Lebensführung im Zeitalter der Postmoderne praktisch umsetzen lässt. Für christliches Glaubenswachstum wurden besonders die geschlossenen Exerzitien, aber auch Alltagsexerzitien empfohlen. Es wurde aber auch auf bestimmte ansprechende Orte und auf die gewünschte Atmosphäre der Gottesbegegnung hingewiesen. Als wesentliche Mittel für die Anbahnung und Vertiefung einer persönlichen Gottesbeziehung wurden das Gebet, die Heilige Schrift und das geistliche Prinzip der Unterscheidung der Geister behandelt. In diesem Zusammenhang wurden auch praktische Tipps und

---

konkrete Anleitungen für die Glaubenspraxis ausgeführt. Weiters wurde auf wertvolle geistliche Haltungen wie etwa auf das Schweigen hingewiesen. Beim Aufzeigen der verschiedenen Möglichkeiten, die ignatianische Spiritualität fruchtbringend in Christliche Lebensführung zu integrieren, wurde stets auf das notwendige geistliche Wirken des Heiligen Geistes aufmerksam gemacht. Der Mensch muss zwar immer wieder seinen Beitrag für eine innige persönliche Wechselbeziehung zwischen Gott und Mensch leisten, aber letztendlich muss und darf er auf die Gnade Gottes vertrauen.

Insgesamt hat diese Arbeit mein persönliches Glaubensleben bereichert. Wie bei vielen Christen, stellte sich auch bei mir nach einigen Jahren, nachdem ich eine persönliche Entscheidung für Gott getroffen hatte, eine gewisse Glaubensroutine ein. Daher nahm ich nach der Teilnahme an Alltagsexerzitien und einem mehrtägigen Klosteraufenthalt Elemente ignatianischer Spiritualität in meine Glaubenspraxis auf. Diese Maßnahme bereicherte meine persönliche Beziehung zu Gott. Mit dieser Arbeit konnte ich meine Kenntnisse über die ignatianische Spiritualität wesentlich erweitern. Es gelingt mir daher noch besser, bewusst ausgewählte Elemente ignatianischer Spiritualität in die Praxis umzusetzen. Besonders das Schweigen und das gezielte Zuordnen von inneren Antrieben und Gedanken verleihen meinem Glaubensleben neue Impulse. Abschließend kann daher festgehalten werden, dass diese Arbeit mein Glaubensleben bereicherte und meine persönliche Beziehung zu Gott vertiefte.

## 6.2 Weiterführende Fragen

Zum Thema *Ignatianische Spiritualität in der Postmoderne* gibt es zweifellos noch viele Aspekte und Fragen für weitere Untersuchungen. Die steigende Sehnsucht nach Spiritualität und der abnehmende Einfluss der kirchlichen Institutionen müssten solche Untersuchungen eigentlich attraktiv machen.

Bei einem weiteren Verfolgen dieses Themas sollte eine möglichst breit angelegte kritische Auseinandersetzung mit ignatianischer Spiritualität erfolgen, um noch ein objektiveres Bild von dieser zu erlangen. Auch der Vergleich der ignatianischen theologischen Sichtweise mit der anderer Mystiker aus der Zeit des *Ignatius* wie beispielsweise mit Teresa von Ávila oder mit Johannes von Kreuz würde möglicherweise zu einem noch besseren Verständnis ignatianischer Spiritualität beitragen.

Ein weiteres Untersuchungsfeld ergebe sich darin zu erforschen, wie weit kirchlichen Institutionen der Postmoderne bereit sind, ignatianische Spiritualität zu akzeptieren und sie in ihren Glaubensangeboten zu berücksichtigen. Interessant wäre dabei in Erfahrung zu bringen, wie Kirchen in Zukunft mit ignatianischer Spiritualität umzugehen beabsichtigen. Dabei müsste zumindest eine Differenzierung zwischen katholischen und evangelischen Kirchen sowie Freikirchen vorgenommen werden, weil Christliche Lebensführung in den verschiedenen Denominationen doch unterschiedlich aufgefasst wird.



---

## LITERATURVERZEICHNIS

- Beck, M. (2012). *Leben - Wie geht das? Wege zur Lebensentfaltung*. Wien - Graz - Klagenfurt: Styria Verlag.
- Beck, M. (2020). *Gott finden. Wie geht das?* Wien-Graz: Styria Verlag.
- Benke, C. (2007). *Sehnsucht nach Spiritualität*. Würzburg: Echter Verlag. (Ignatianische Impulse, 20).
- Brendel, C. &. (2017). *Martin Luther und Ignatius von Loyola. Entdeckung einer spirituellen Verwandtschaft*. Würzburg: Echter Verlag. ( Ignatianische Impulse, 74).
- Burkhardt, H. (2017). *Einführung in die Ethik. Grund und Norm sittlichen Handelns. 4.Aufl.* Gießen: Brunnen Verlag.
- De Mello, A. (2013). *Gott suchen in allen Dingen*. Freiburg in Breisgau: Herder Verlag.
- Geddert, T. J. (4. Auflage 2016. Erstauflage 2004.). *Verantwortlich leben. Wenn Christen sich entscheiden müssen*. Schwarzenfeld: Neufeld Verlag.
- Gertler, T. u. (2006). *Zur größeren Ehre Gottes: Ignatius von Loyola neu entdeckt für die Theologie der Gegenwart.*, Freiburg - Basel -Wien: Herder Verlag.
- Grün, A. (1998 25.Auflage 2016). *Herzensruhe*. Freiburg im Breisgau: Herder Verlag.
- Harms, S. (2011). *Glauben üben: Grundlinien einer evangelischen Theologie der geistlichen Übung und ihre praktische Entfaltung am Beispiel der "Exerzitien im Alltag"*. (Bd. 67). (E. H. Lutz Friedrichs, Hrsg.) Göttingen: Vandenhoeck & Ruprecht.
- Internet, O. i. (2017). *remid.de*. Abgerufen am 13. Jänner 2020 von Kurzinformation Religion: <https://www.remid.de/kurzinformation-religion/kurzinformation-religion-daoismus/>
- Jalics, F. (2019). *Der kontemplative Weg. 8. Aufl.* Würzburg: Echter Verlag. (Ignatianische Impulse, 14).
- Johne, K. (1987. 3. Aufl. 1993). *Geistlicher Übungsweg für den Alltag*. Graz Wien Köln: Styria Verlag.
- Keller, A. (2010). *Vom guten Handeln: In Freiheit die Geister unterscheiden*. Würzburg: Echter Verlag. (Ignatianische Impulse, 45).
- Kiechle, S. &. (2006). *Ignatius von Loyola: In allem - Gott. 4. Aufl. 2017*. Würzburg: Echter Verlag.
- Kiechle, S. (2007). *Ignatius von Loyola: Leben - Werk - Spiritualität. 2. Aufl.* Würzburg: Echter Verlag.
- Kiechle, S. (2018). *Sich entscheiden. 9. Aufl.* Würzburg: Echter Verlag. (Ignatianische Impulse, 2).
- Körner, B. B. (2008). *Glauben leben Theologie studieren*. Innsbruck-Wien: Tyrolia Verlag.

- 
- Körtner, U. H. (2021). *Wahres Leben - Christsein auf evangelisch*. Leipzig: Evangelische Verlagsanstalt.
- Köster, P. (2017). *Zur Freiheit befähigen: Die Geistlichen Übungen des hl. Ignatius von Loyola*. Würzburg: Echter Verlag.
- Künkler, T. (2011). *Das Subjekt des Weltbildes und die Subjektivierung des Glaubens* (Bde. GBFE Jahrbuch, 3). (T. W.-G. Faix, Hrsg.) Marburg: Francke-Buchhandlung.
- Lambert, W. (1997). *Beten im Pulsschlag des Lebens*. Freiburg.Basel.Wien: Herder .
- Lambert, W. (2017). *Das siebenfache Ja*. Würzburg: Echter Verlag. ( Ignatianische Impulse, 1).
- Lefrank, A. (2009). *Umwandlung in Christus - Die Dynamik des Exerzitien-Prozesses*. Würzburg: Echter Verlag.
- Lefrank, A. (2011). *In der Welt - nicht von der Welt*. Würzburg: Echter Verlag (Ignatianische Impulse, 52).
- Loyola, I. (2018). *Geistliche Übungen. 4. Aufl.* (N. d. Knauer., Übers.) Würzburg: Echter Verlag.
- Loyola, I. Ü. (Jahr der Übersetzung: 2015). *Bericht des Pilgers*. Würzburg: Echter Verlag.
- Maureder, J. (2020). *Mensch werden - erfüllt leben. 4. Aufl.* Würzburg: Echter Verlag. (Ignatianische Impulse, 23).
- McGrath, A. E. (2013). *Der Weg der christlichen Theologie*. München: Brunnen Verlag Gießen.
- Online im Internet, E. M. (2007). *Theologie der Spiritualität: Was ist das?* Abgerufen am 19. 5 2020 von [ku-eichstaett.de](http://www.ku-eichstaett.de): [http://www.ku-eichstaett.de/erwin\\_moede-artikel-theologie\\_der\\_spiritualitaet.pdf](http://www.ku-eichstaett.de/erwin_moede-artikel-theologie_der_spiritualitaet.pdf)
- Online im Internet, H. F. (21. 9 2008). *Anton Rotzetter, Lexikon christlicher Spiritualität, Darmstadt 2008*. Abgerufen am 14. 5 2020 von [theologie-systematisch.de](http://www.theologie-systematisch.de): <http://www.theologie-systematisch.de/spiritualität/begriff/rotzetter.htm>
- Samy, A. (2005). *Ignatianische Exerzitien und Zen-Meditation. Teil 1*. Perumalmalai/Indien.
- Samy, A. (2006). *Ignatianische Exerzitien und Zen-Meditation. Teil 2*. Perumalmalai/Indien.
- Taylor, C. (2012). *Ein säkulares Zeitalter. Erste Aufl. der deutschen Ausgabe*. Berlin: Suhrkamp Verlag.
- Zahlauer, A. (1996). *Karl Rahner und sein "produktives Vorbild" Ignatius von Loyola. Innsbrucker theologische Studien*. (Bd. 47). Innsbruck - Wien: Tyrolia Verlag.
- Zimmerling, P. (2017). *Handbuch Evangelische Spiritualität*. (Bd. 1: Geschichte). Göttingen: Vandenhoeck & Ruprecht.



---

Zulehner, P. M. (2008, 2. Aufl. 2010). *Gottes Sehnsucht - Spirituelle Suche in säkularer Welt*. Ostfildern:  
Schwabenverlag.