

# Exerzitien – Unterwegs mit Ignatius

## „Kanonenkugeln“, die unser Leben verändern



### Das Ende der Welt oder das Ende einer Welt? Sich mit der Wirklichkeit auseinandersetzen

Wir sind am zweiten Tag dieser Exerzitien "Unterwegs mit Ignatius". Nach der Erzählung von Ignatius' Verletzung während der Belagerung von Pamplona können wir uns eine erste Frage stellen: "Wenn ich nicht mehr tun kann, was ich will, ist das dann das Ende der Welt oder nur das Ende (m)einer Welt?"

#### 1) Das Bekehrungserlebnis des Heiligen Ignatius als Anregung zum Nachdenken über den eigenen Lebensweg

[Video](#)

**Rückblick:** Mit der Kanonenkugel bricht für Ignatius eine ganze Welt zusammen. Nun lahmt er und muss **seinen anfänglichen Plan** aufgeben, sich durch **Heldentaten** als Ritter hervorzuheben, um von der Frau seiner Träume wahrgenommen zu werden. Was ist **nun** zu tun? Alles, was seinem Leben eine Richtung, einen Sinn und Ansporn gab, ist dahin.

**Um was geht es genau?** Unser Leben ist voller großer Träume. Die perfekte Liebe, der erreichte Studienabschluss und eine vielversprechende, berufliche Zukunft oder ein erfolgreiches politisches, künstlerisches oder ehrenamtliches Projekt. Diese Träume sind aus der Realität und aus unserer Vorstellungskraft gewoben, die uns **unsere Zukunft** und das künftige Glück in Farben ausmalen. Sie zeugen von unserer Energie und unserer Kreativität, die sich **mit dem Schöpfungswerk Gottes verbindet**. Doch manchmal holt uns das Leben ein, unsere Träume platzen und wir haben das Gefühl, dass unsere Welt zusammengebrochen ist. Was können wir dann tun? Wo können wir wieder Sinn finden? Und vor allem, wie kann ich besser im Vertrauen entdecken, wozu Gott mich ruft?

**Was sagt die Bibel?** Die Bibel verfolgt die Träume der Menschen vom Turmbau zu Babel bis zum Eheversprechen zwischen Josef und Maria. Babel ist wirklich

der **Archetyp** unseres Traums von Größe und Macht ohne Gott, ohne Abhängigkeit und ohne unsere eigene Hinfälligkeit. Maria und Josef lassen sich dagegen von einem Traum wegführen, der im Grunde gut war, zu einer Realität, die das Wirken Gottes **in ihrem Leben und für die Welt** aufnimmt.

Unsere Wahlmöglichkeit geschieht innerhalb eines bestimmten Rahmens: Zwischen zwei guten Träumen müssen wir denjenigen wählen, der Raum gibt zu einem größeren Wachstum mit Gott.

**Wie bedeutet das für uns heute?** Wenn wir uns also niedergeschlagen fühlen und ein Traum sich aufgelöst hat, wie geht es weiter? Vielleicht, **indem** ich mir zuerst den Wunsch anschau, der meinen Traum beflügelt hat. Was waren eigentlich die tiefsten Beweggründe? In diesem Traum zeigen sich zweifelsohne **bestimmte** Wünsche, **die letztendlich zu nichts führen. Andere Wünsche scheinen besser zu passen. Man muss wissen, wie man ihnen zuhört und sie aussortiert.** Was kann ich darin entdecken, das konstruktiv, liebevoll, wertvoll ist?

Mitten in der Abschiedlichkeit des Lebens nimmt bereits eine Ernte Gestalt an: die meiner Wünsche, meiner Fähigkeiten, aber auch meiner Grenzen, die nicht leicht zu akzeptieren sind. Doch **gerade diese Grenzen offenbaren mir** einen Weg, der mich näher zu Gott führt, neue Wege der Welt zu dienen, indem man sich der Zerbrechlichkeit, die sie durchzieht, bewusster wird, und **einwilligt, sich helfen zu lassen und eine Quelle des Wachstums und eine Gelegenheit zur Veränderung zu entdecken.**

Lassen Sie uns **zu Ignatius zurückkehren.** Indem er über das Leben Christi und der Heiligen nachsann, fand Ignatius ein neues Abenteuer, das ihn **näher** zu Gott brachte: Einerseits knüpfte er neue Beziehungen und tiefe Freundschaften mit der **Gemeinschaft der Heiligen.** Auf der anderen Seite konnte er **ein Innenleben entdecken**, das ihm seine Motivationen, seine Wünsche, seine Stärken und seine Grenzen aufzeigte. Lassen wir uns also inspirieren, vor allem, wenn die Zukunft ungewiss **scheint!** Wenn sich eine Tür zu schließen scheint, lassen Sie uns einen Schritt zurücktreten, wenden wir uns an den Herrn. Es ist sehr wahrscheinlich, dass sich ein neuer Weg **abzeichnen** wird.

*Auf die Fürsprache von Ignatius bitte ich den Herrn um seine zärtliche Liebe inmitten der Prüfung, die kommt, um meine Träume zu reinigen und mich einen fruchtbareren Weg finden lässt, um ihm zu folgen!*

## Gedanken zum Nachdenken...

- Einen Moment lang betrachte ich die beiden angesprochenen biblischen Erzählungen: Der Turmbau zu Babel, Symbol der Menschheit, die ihre Stärke nur in sich selbst findet; und Maria und Joseph, die sich auf jeweils persönliche Weise dem Heiligen Geist zur Verfügung stellen. Was löst das in mir aus?
- Wenn ich mir meine Einschränkungen oder Grenzen anschau, welche könnte heute eine Quelle des Lebens sein?
- Ich kann eine Notiz an der Gebetswand der Exerzitien hinterlassen.

## 2) Ignatianische Schriftbetrachtung: Der reiche Mann

- **persönliche Gebetsvorbereitung:** Zeit und Ort, dem Herrn zu begegnen
- Sich der Gegenwart des Herrn bewusst werden
- Bitte um eine Erkenntnis oder eine Erfahrung, als Herzenswunsch:  
*„Innere Erkenntnis des Herrn erbitten, der für mich Mensch geworden ist, damit ich ihn mehr liebe und ihm nachfolge.“ (GÜ)*
- Tageslesung oder ein ausgewählter **Bibeltext (Impulse s. unten)** 
- Sich den biblischen Schauplatz mit allen Sinnen vergegenwärtigen...  
Ort, Zeit, Personen, Umstände
- ...und dort seinen Platz suchen, sich identifizieren
- Beten zum Herrn, über das, was mich anspricht oder berührt...
- Eine Bitte zum Herrn richten...
- **Das Vater Unser beten**
- **Rückblick:** Zurückschauen auf die Zeit der Betrachtung, wahrnehmen wie es mir erging...  
Notizen machen zu dem, was ich mir an Einsichten bewahren möchte, oder auch an die Gebetswand schreiben...
- **Dank** für die geschenkte Zeit und abschließende Geste

## Impulse zum Bibeltext Mk 10, 17-27

### Audio

„Der Mann aber war betrübt, als er das hörte, und ging traurig weg; denn er hatte ein großes Vermögen.“ V 22

### Einleitung

Heute beten wir mit einem Mann, der großzügig ist, dem aber die Kraft fehlt, seinem Wunsch zu folgen. Wo immer ich bin, auf der Straße, zu Hause, in der U-Bahn, im Auto... genau hier wartet der Herr heute auf mich, hier kommt er und berührt mich mit seinem Wort. Ich vergegenwärtige mich Seiner, indem ich das Kreuzzeichen mache: Im Namen des Vaters + und des Sohnes und des Heiligen Geistes. Amen.

### Text der Musik

Die Dominikanerinnen von Beaufort singen: „Am ersten Tag der Woche. Mit Maria Magdalena, mit allen Jüngern mache ich mich auf den Weg, um das leere Grab zu sehen. Herr, lass mich heute die gute Nachricht empfangen, ja, Christus ist auferstanden!“

### Zugänge

**1** - Ein Mann läuft zu Jesus und fällt auf die Knie. Einen Moment lang betrachte ich ihn. Ich lasse mich berühren von der Intensität seines Fragens, von seinem Vertrauen in Jesus, aber auch von der immensen Erwartung, die er in sich trägt. Die anschließende Diskussion ist für ihn wirklich eine Frage von Leben und Tod.

**2** - Da sagt Jesus zu diesem Mann: "Dir fehlt nur eines"! In der Tat verstand Jesus gut den Wunsch nach dem ewigen Leben, der in ihm nagt, der ihn daran hindert, zufrieden zu sein. Kann auch ich tief in meinem Herzen diesen Wunsch spüren, mit Jesus weiter zu gehen, meinen Glauben intensiver zu leben?

**3** - Der Mann geht traurig weg. Sein Besitz hält ihn gefangen, hindert ihn daran, seine tiefe Sehnsucht zu leben. Kann ich die eine oder andere meiner Ketten identifizieren? Eine Gewohnheit, ein Objekt, eine Beziehung, die mich daran hindern, zu lieben so sehr ich es auch möchte, die mich zurückhalten? Ich vertraue dies Gott an.

### Anleitung für die Zweite Lesung des Bibeltextes

Ich bereite mich darauf vor, diesem Dialog noch einmal zuzuhören, aufgeschlossen für die Suche dieses Mannes.

### Anleitung zum persönlichen Austausch im Gebet

Ich habe jetzt ein paar Augenblicke Zeit, mir die Frage zu stellen: Was bleibt mir von dieser Zeit des Gebets? Was möchte ich davon behalten? Wenn ich die Früchte meines Gebets gesammelt habe, lege ich sie Jesus vor und spreche mit ihm darüber, ganz einfach.

### 3) Persönliches Zeugnis Nr. 2 – Über die Krankheit zur Gemeinschaft



Nach einer Injektion erlitt Sr. Rachel Guillien rscj eine Krankheit, die für mehrere Monate zu Lähmungen führte. Dort erlebte sie, wie sie von anderen getragen wurde, entdeckte die Kraft des Fürbittgebets und die Freude über das Geschenk des Lebens.

#### Nach dem Zuhören:

- Was löst dieses Zeugnis in mir aus?  
Spiegelt es eine persönliche Erfahrung oder die von jemandem, den ich kenne, wider?
- Habe ich die Erfahrung gemacht, von anderen getragen und unterstützt zu werden?
- Habe ich die Erfahrung gemacht von der Armut der Abhängigkeit? Was waren die Früchte davon?
- Welchen Platz hat das Fürbittgebet in meinem Leben?
- Ich schreibe eine Reflexion in mein Notizbuch oder hinterlasse eine Notiz an der Gebetswand der Exerzitien.

#### Um weiter zu gehen...

Entscheiden Sie sich, einen kleinen Schritt, der möglich ist, weiter zu gehen!