

Exerzitien – Unterwegs mit Ignatius

„Kanonenkugeln“, die unser Leben verändern



Relektüre:

Auf den Weg der Exerzitien zurückblicken
und im Alltag weitergehen...

Liebe Freunde!

Wir sind nun am letzten Tag dieser Exerzitien "Unterwegs mit Ignatius" und schauen auf den Weg, den wir zurückgelegt haben, lesen ihn gewissermaßen noch einmal. Nehmen wir **uns** die Zeit, um **auf die vergangenen Tage zurückzublicken**, dank einer abschließenden **spirituellen Übung**, um diese Exerzitienzeit im Guten zu beenden! Versäumen Sie es nicht, bis zum Ende der Wegstrecke zu gehen: Sie werden sehen, die Aussicht ist herrlich!



1) Rückblick auf das Leben des Hl. Ignatius

Für Ignatius hat sich auf diesem Weg **Jesus als Gefährte angeboten**, den er mehr und mehr **als seinen Herrn erkannte, ihn lieben lernte und dem er schließlich voll und ganz diente**. Ignatius empfing eine **Weisheit und Freiheit** im Angesicht von Misserfolgen, im Angesicht der Pulverisierung seiner wertvollsten Vorhaben durch aufeinanderfolgende "Kanonenkugeln", d. h. einschneidende Ereignisse, persönliche Rückschläge, unerwartete Umstände, die sich seinen Bestrebungen entgegenstellten:

Pulverisiert wurde seine **Karriere in militärischen und weltlichen Ehren** durch die Kanonenkugel, die ihm bei der Belagerung von Pamplona das Bein brach! **Pulverisiert** wurde sein Wunsch, **in Jerusalem zu bleiben, um die heiligen Stätten zu besuchen und den Seelen zu helfen**, durch die "Kugel" des kirchlichen Verbotes! **Pulverisiert** wurde sein **Wunsch, die Exerzitien zu geben und sein Studium in Spanien zu beenden**, durch die "Kugel" der Verdächtigungen durch die Inquisition! **Pulverisiert** wurde seinen Wunsch, **sich mit seinen Gefährten in Jerusalem einzusetzen**, durch die Kriegswirren mit der Türkei, welche alle Schifffahrt im Mittelmeer verhinderte! **Pulverisierte** wurde schließlich sein Wunsch, **als Wanderprediger und unter „vollen Segeln“ abzureisen**, durch

die "Kugel" des Votums seiner Gefährten, die ihn zum Generaloberen wählten und die ihn in Rom bei der Ausarbeitung der Konstitutionen festhielten.

Doch konnte Ignatius diese **Bewährungsproben annehmen und als Gelegenheiten wahrnehmen**, über sein Leben, sich selbst und seine innersten Wünsche nachzusinnen, seine Entscheidungen zu überdenken, sich für die sich ihm anbietenden, neuen Wege zu öffnen und die vorhandenen Möglichkeiten Schritt für Schritt zu ergreifen. Er nahm die ihm geschenkten Einsichten und **die Führung des Heiligen Geistes** an, die ihn schließlich dazu bewegte, **mit einer Schar von Gefährten der Kirche seinen Dienst für Jesus Christus und alle Menschen anzubieten...**



Mit seinem Begleiter Jesus lernt Ignatius, dass Gott in allen Dingen gesucht und gefunden werden kann, in jeder Situation, im Misserfolg wie im Erfolg. Bei Ignatius gibt es die Entdeckung der Transformation von Bewährungsproben in Chancen, die Entdeckung der intelligenten Nutzung von Ereignissen. Ignatius wird sein Temperament behalten, auch seine Schwächen, sein Zögern, seine Skrupel, die "Kugeln" seiner Vergangenheit, seine unerträgliche Unwürdigkeit, das Gefühl, nie genug zu tun. Aber er wird immer diesen Glauben haben, diese **innere Gewissheit von der unendlichen Barmherzigkeit Gottes**, von seiner unglaublichen, bedingungslosen Liebe.

Die Grundhaltung von Ignatius und den Gefährten in der Gesellschaft Jesu lässt sich in einem Satz zusammenfassen: "**An die wunderbare Liebe Gottes glauben, die sich in Jesus Christus offenbart, und sie mit anderen Gefährten in die ganze Schöpfung hinaustragen!**"

2) Abschließende geistliche Übung zur Reflexion



Wie können wir diese Exerzitienzeit zu einem guten Ende bringen? Wir schlagen eine letzte Übung vor, eine schöne geistige Übung: **Sammeln Sie die Früchte!**

Um dies zu tun, halten Sie einfach inne, nehmen Sie sich eine Zeit des Gebets, gehen Sie vielleicht spazieren, aber versetzen Sie sich auf jeden Fall in die Gegenwart Gottes. Und **erinnern Sie sich an alles, was in diesen zehn Tagen für Sie lebendig wurde**. Für diejenigen, die sich Notizen gemacht haben, bietet es sich an, diese noch einmal zu lesen, **um eine Perle darin zu finden**. Für die andere kann es eine gute Idee sein, die Gebetswand der Exerzitien zu überfliegen oder

einfach Seite für Seite der Exerzitien anzuschauen und sich an diejenigen **Passagen** zu erinnern, die am meisten angesprochen haben. **Und von dort ausgehend schreiben Sie einen Satz auf.** Es wird ein bisschen so sein wie ein Gedenkstein, es ist wie bei all diesen biblischen Figuren, die einen Ort mit einer Stele markieren. Nun, es liegt an Ihnen, Ihren Erinnerungsort zu markieren und zu sagen: "**Hier ist der Herr vorbeigegangen, und ich habe dies folgendermaßen erlebt. Und der Satz fasst diesen Vorübergang, diese Entdeckung zusammen!**" Es ist ein Schatz, den der Herr Ihnen gegeben hat und er ermutigt Sie, ihn für Ihr ganzes Leben zu bewahren.

Impulse für eine Relektüre:

Die Früchte sammeln...

Sich eine **letzte Zeit für das Gebet** nehmen.
Einen geeigneten Ort suchen und die Uhrzeit und die Dauer festlegen.
Nachdem ich mich in **die Gegenwart Gottes** gestellt habe,
bitte ich ihn, die Früchte dieser Exerzitien zu ernten.

Nachlese der vergangenen Tage

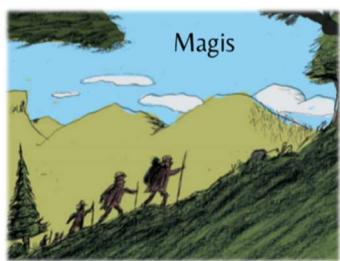
- Wenn ich mir **Notizen** gemacht habe, gehe ich sie durch und unterstreiche, was mehrmals auftaucht, meine Entdeckungen...
- Ich kann auch **Seite für Seite durch die Exerzitien** blättern und mich an die Erläuterungen, Meditationen und persönlichen Zeugnisse erinnern
- Ich kann abschließend an der **Gebetswand** entlanggehen.

Schreiben Sie Ihren Gedenkstein: in einem Satz oder maximal zwei Sätzen für sich selbst die Früchte dieser Exerzitien aufschreiben:

- Was hat sich in **meiner Beziehung zu Gott** verändert?
- Welche **Einsichten** habe ich über mich selbst, eine Beziehung, ein Ereignis in meinem Leben gewonnen?
- Wozu bin ich in den kommenden Tagen aufgefordert worden?
- ...

Ich schließe, indem ich **diese Frucht der Exerzitien dem Herrn darbringe.**

3) Das Magis-Gebet als Gebet auf dem Weg in der Nachfolge Christi



Ignatius will durch die Geistlichen Übungen den Suchenden darauf hin ausrichten, so Jörg Nies (1), „dass er ersehnend (deseando) und erwählend (eligiendo) sein soll, was ihn mehr (más) zu seinem Ziel führt (GÜ23). Was mehr bedeutet, ist Teil der geistlichen Unterscheidung, die einzuüben ist. Dabei geht es in erster Linie um Grundsätzliches. Wie will ich mein Leben gestalten? Was ist mein Ziel, das mir eine Richtung vorgibt? Welche Rolle spielt Gott dabei?“. Es geht nicht darum mehr zu leisten, sondern näher und intensiver in die Beziehung zu Jesus, zu Gott, hineinzufinden, in der Erfahrung des tiefen Getragenseins.

(1) [Lektüretipp](#) Jörg Nies, Ambivalentes „magis“, GuL 4/2020

Magis

Te magis novisse,
magis Te amare,
magis Te sequi,
Te Christe rogamus.

Dich mehr zu kennen,
Dich mehr zu lieben,
Dir mehr zu folgen,
Darum bitten wir Dich, Christus.

4) Ausblick und Weggemeinschaft

Damit diese Exerzitien möglichst viele Früchte tragen, haben wir Ihnen einige Ideen für eine **geistliche Nachbetrachtung** der vergangenen zehn Tage angeboten. Die **Exerzitien-Website** wird online bleiben, also zögern Sie nicht, sie anderen vorzuschlagen, damit sie **mit neuen Augen** die "Kanonenkugeln" sehen können, die unser Leben verändern: <https://jesuites.com/prie-en-chemin-avec-ignace/>

Viele Tausende von uns sind die Exerzitien "Unterwegs mit Ignatius" in der Nachfolge Christi gegangen. Die Jesuiten schlagen vor, zu Beginn des **Ignatianischen Jahres**, an den Pfingsttagen 2021 - und darüber hinaus - als ignatianische Familie untereinander und weltweit mit allen Menschen, die auf der Suche nach Gott sind, **im Gebet verbunden zu bleiben**: <https://www.jesuiten.org/news/zum-start-des-ignatianischen-jahres-transformation-und-freiheit>



Morgen erhalten Sie weitere, abschließende Anregungen, die Ihnen helfen sollen, Ihr geistliches Leben nach den Exerzitien fortzusetzen, und die Ihnen auch eine Bewertung ermöglicht.

Wir wünsche Ihnen einen guten Tag und einen guten Abschluss der Exerzitienzeit, bis bald!

5) Evaluation (am folgenden Tag)

Liebe Freunde,

Wir hoffen aufrichtig, dass diese Exerzitien Ihnen wirklich gut getan haben und dass Sie die "Kanonenkugeln", die unser Leben verändern, mit neuen Augen sehen konnten, besonders dank des Zeugnisses unseres Weggefährten Ignatius. Aber vor allem, **dass Sie mit Hoffnung erfüllt sind** für diesen Weg der Nachfolge Christi.

Lassen Sie sich anregen, dank der ignatianischen Spiritualität weiterhin "Gott in allen Dingen zu suchen und zu finden". Wir schlagen auch vor, dass Sie uns **Ihre Meinung** zu diesen Exerzitien online hinterlassen, das wird uns sehr helfen!



Bis bald, alle zusammen, zu weiteren schönen Abenteuern in der Nachfolge Christi!

Auswertung: Ein Formular, um uns Rückmeldung zu geben

Obwohl wir unser ganzes Herzblut in die Vorbereitung dieser Exerzitien gesteckt haben, ist uns bewusst, dass sie in einigen Punkten verbessert werden können. Um es in Zukunft besser machen zu können, wären wir Ihnen sehr dankbar, wenn Sie uns über dieses Formular Ihr Feedback geben könnten. [Online-Formular](#)

Beim Weitergehen...

„Nicht das viele Tun befriedigt die Seele,
sondern das innerliche Schmecken.“ (Hl. Ignatius von Loyola)

Umfrage zu den Exerzitien "Auf dem Weg mit Ignatius" (Prie en chemin avec Ignace)

Diese **Auswertung**, deren Beantwortung nur wenige Minuten dauert, ist **anonym** und wird uns helfen, die nächsten Exerzitien, die wir anbieten, zu verbessern. Ein großes Dankeschön von uns allen...

Dominique, Grégoire und Guillaume!

Sie sind eine Frau ... ein Mann ...

Ihr Alter: weniger als 30 Jahre alt ... zwischen 31 und 50 Jahre alt ... zwischen 51 und 70 Jahre alt ... über 71 Jahre alt ...

Gesamtbeurteilung der Exerzitien

Ausgezeichnet ... Gut ... Nicht so schlecht ... Überhaupt nicht gut ... Und aus welchem Grund?

Bitte unter den **täglichen Vorschlägen** des Exerzitien diejenigen ankreuzen, die Ihnen **gefallen** haben? (Sie können mehr als einen ankreuzen)

- Videos zu den „5 Kanonenkugeln“ im Leben des Ignatius ...
- Videos, die spirituelle Fragen behandeln ...
- Audio geführte Tagesbetrachtung (Meditation) ...
- Persönliche Zeugnisse ...
- Die Gebetswand ...

Können Sie unter den **täglichen Angeboten** diejenigen ankreuzen, die Ihnen **am wenigsten** gefallen haben? (Sie können mehr als einen ankreuzen)

- Videos zu den „5 Kanonenkugeln“ im Leben des Ignatius ...
- Videos, die spirituelle Fragen behandeln ...
- Audio geführte Tagesbetrachtung (Meditation) ...
- Persönliche Zeugnisse ...
- Die Gebetswand ...

Was den **Zugang** betrifft, so schienen die täg. Newsletter und die Website...
einfach – bequem ...
Kompliziert ...

Haben Sie die **Gebetswand** benutzt?

Ja ... Nein ...

Haben Sie die Web App auf Ihrem Smartphone installiert?

Ja ... Nein ...

Hätten Sie sich die spirituelle Begleitung etwas anderes gewünscht?

- Nein, es war gut so wie es war ...
- Ja, individuelle geistliche Begleitung ...
- Ja, eine gemeinsame Gruppe ...
- Ideen oder Vorschläge zur Verbesserung: ...

Welche Themen würden Sie gerne in anderen Exerzitien behandelt sehen? ...

DANKESCHÖN !!!! und bis bald auf www.jesuites.com

Ignatianische Familie - Kontakte in Deutschland

Es gibt eine Reihe von Gemeinschaften und Orden, die aus der Spiritualität des heiligen Ignatius von Loyola leben. Auf verschiedene Weise und in unterschiedlichen Lebensformen versuchen wir, diese im Alltag zu verwirklichen. Als ignatianische Familie stehen wir in engem Kontakt miteinander.



<https://www.jesuiten.org/>



www.gcl.de



<http://j-gcl.org/>



<https://www.congregatiojesu.de/>



<https://helferinnen.info/>



<https://www.missionarinnen-christi.de/>

Weblinks und Apps

Im Internet finden sich zahlreiche Anregungen zum Gebet und Impulse aus der ignatianischen Spiritualität:

[Täglicher Gebetsimpuls](#) der irischen Jesuiten Sacred Space, verfügbar in 23 Sprachen

[Click to Pray](#) Offizielle App von Papst Franziskus mit seinen aktuellen Gebetsanliegen

[Verschiedene Zugänge zum Tagesrückblick](#) "Reimagining the Ignatian Examen" (auf Englisch)

[Spirituelle Ladestation](#) kurzer täglicher Bild- und Bibelimpuls

[Pray as you go](#) Website und App zum Hören für eine tägliche Gebetszeit für unterwegs (auf Englisch)

[The Examen](#), Podcast mit Impulsen zum Tagesrückblick mit P. James Martin SJ (auf Englisch)