

Karmelitanische Exerzitien

Einübung ins Innere Beten

Reinhard Körner OCD, Birkenwerder

Exerzitien gehören heute wohl unumstritten zu den wesentlichen Formen der Glaubensvertiefung und der christlichen Lebenserneuerung. Weit über den Kreis der Ordensleute, des Klerus und der Mitglieder geistlicher Gemeinschaften hinaus suchen inzwischen viele Menschen – aus dem katholischen wie aus dem protestantischen Raum, in wachsender Zahl auch solche, die sich den Kirchen „entfremdet“ haben – in entsprechenden Kursen Orientierung aus den Quellen des Christentums.

Ohne Frage ist es das Verdienst des hl. Ignatius von Loyola – er hat den „Geistlichen Übungen“ ihre „klassische Gestalt“ gegeben –, aber auch das Verdienst der Patres aus der Gesellschaft Jesu – sie haben sie in den vergangenen Jahrzehnten wieder in ihre authentische Form gebracht –, wenn Exerzitien heute weithin in gutem Ruf stehen. Dennoch – und gerade wegen ihrer Aktualität – scheint es mir an der Zeit, daß wir uns darauf besinnen, daß die Exerzitientradition der Kirche weiter angelegt ist und einen breiteren Formenreichtum entwickelt hat als die zu Recht „klassisch“ zu nennende Form der *ignatianischen Exerzitien*.

1. „Exerzitien“ vor und nach Ignatius

Ignatius schrieb sein Exerzitienbuch nicht voraussetzungslos. Während seines (wenn auch nur dreitägigen) Aufenthaltes im Benediktinerkloster auf dem Montserrat im März 1522 lernte er das „Exercitatorio de la vida spiritual“ des hier vor zwölf Jahren verstorbenen Abtes García Jiménez de Cisneros (1455/56–1510) kennen.¹ Dieser war auf seinen Reisen nach Rom und vor allem Paris in enge Berührung mit der Erneuerungsbewegung der *Devotio moderna* gekommen und hatte wesentliche Grundgedanken der rheinisch-niederländischen Mystik mit nach Spanien ge-

¹ Zur Wirkungsgeschichte dieses Buches in der Spiritualität und Geistlichen Theologie Spaniens siehe: M. Andrés, *La Teología española en el siglo XVI*. Madrid 1976, Bd. 2, 107–183. Vgl. auch E. Lorenz, *Der nahe Gott*. Im Wort der spanischen Mystik. Freiburg, Basel, Wien 1985, 48–50; dies., *Wort im Schweigen*. Vom Wesen christlicher Kontemplation. Freiburg, Basel, Wien 1993, 22f; J. Boldt, *Troubadoure Gottes*. Eine Einführung in die spanische Mystik des Goldenen Zeitalters. Innsbruck–Wien 1992, 62–66.

bracht. In seinem „Übungsbuch des geistlichen Lebens“, das er um 1500 in der mit Unterstützung eines deutschen Fachmanns bestens eingerichteten Klosterdruckerei in hoher Stückzahl herstellte und im gesamten spanischen Sprachraum verbreitete, trägt er „Altes und Neues“ zusammen und gibt sehr detaillierte methodische Anleitungen, wie sich jeweils der „Anfänger“, der „Fortgeschrittene“ und der „zur Einheit mit Gott Gelangte“ durch genaue Regelung der Gebets- und Meditationsweisen, eingeteilt auf Wochen, Tage und Stunden, in alltäglichem Bemühen in das geistliche Leben „einüben“ kann. Adressat ist der Gläubige schlechthin, unanhängig von Stand und Lebensform; zeitlich erstrecken sollen sich die Übungen über den gesamten Lebensweg eines Christen.

Die Diskussion darüber, wieviel Einfluß dieses Buch auf den Exerzientenentwurf des Ignatius hatte, ist, so Erika Lorenz, „noch nicht abgeschlossen, zumal eine Überarbeitung von 1522 gefunden wurde, die den späteren ignatianischen Exerzitien noch erheblich näher ist als die Fassung von 1500“.² Gewiß hatte es ihm mehr als nur den Titel vermittelt, als er nach den folgenden Monaten in Manresa (März – September 1522) unter dem Eindruck der eigenen Bekehrung und inneren Umwandlung seine „Ejercicios espirituales“ zu schreiben begann. Auch was er darüber hinaus in der reichhaltigen Klosterbibliothek des Montserrat (wohin er in der Zurückgezogenheit von Manresa „leicht weitere Kontakte“ pflegen konnte³) an Schätzen aus der langen geistlichen Tradition entdeckt haben mag, ist nicht ohne Einfluß geblieben. So findet sich etwa sein „Prinzip und Fundament“ in einer rund 300 Jahre früher verfaßten Schrift des katalanischen Missionars Ramon Llull bereits fast wörtlich wieder.⁴

Unter der Bezeichnung „*exercitia spiritualia*“ fassen weit vor Cisneros und Ignatius viele Autoren spätestens des Mittelalters gezielte „Übungen“ zusammen, die – wenn auch nicht in Form eines zeitlich begrenzten Kurses – „in äußerer Einsamkeit und nach bestimmten gebetspädagogischen Gesetzen eine Einübung in die geglaubten Mysterien besonders durch betrachtendes Gebet anstreben“ (Hugo Rahner⁵). Eine ausführliche Information über die Geschichte dieses Begriffs und eine Darstellung der methodischen und inhaltlichen Anleitungen für solche „Exerzitien“ bei den verschiedensten Meistern und Meisterinnen im Laufe der Jahrhunderte bieten die Autoren des Artikels „Exercices spirituels“ im französischen „Dictionnaire de Spiritualité“⁶, auf den für ein näheres Studium hier verwiesen sei.

² *Der nahe Gott* (s.o.), 60.

³ E. Lorenz, ebd.

⁴ Vgl. E. Lorenz, *Wort im Schweigen* (s. Anm. 1), 23.

⁵ Art.: *Exerzitien*, in: *LThK* (1959), Bd. 3 (Sp. 1297–1300), 1297.

⁶ Tome IV. Paris 1961, Sp. 1902–1949.

Ignatius selbst war sich bewußt, mit seinen „Geistlichen Übungen“ in einer langen Tradition zu stehen. Er löst diese durch seinen kompakten Vier-Wochen-Kurs, den er vollständig ohnehin „nur einer Elite“ (Hugo Rahner SJ⁷) und in der Regel nur einmal im Leben zu erteilen rät, nicht ab. Aber er hat den „Exerzitien“ durch zeitlich begrenzte, inhaltliche und methodische Kompaktheit eine Struktur gegeben, an der sich die spätere Entwicklung orientieren wird.

Zugleich hat er damit eine *Exerzitienbewegung* eingeleitet, die sich bis in unsere Tage hinein fruchtbar auswirken konnte. Ihre Anfänge stehen noch unter seiner Anweisung. Als beste Exerzitienbegleiter der Frühzeit gelten die Jesuiten Petrus Faber und der auch als Theologe geschätzte Salmeron. Mit der Gründung von Exerzitienhäusern – unter anderem durch Karl Borromäus (das erste bereits 1579 in Mailand) – und einer Bulle Pauls V. von 1606, die die ignatianischen Exerzitien allen Ordensleuten und Weltklerikern sehr ans Herz legt, beginnt ein „Siegeslauf der (ignatianischen) Exerzitien“ (Carl Feckes⁸) durch die Ordenshäuser und tridentinischen Priesterseminare. In steigendem Maß nehmen im 19. Jahrhundert, vor allem in Belgien und Holland, auch andere Ordensfamilien durch Gründung von Exerzitienhäusern diese Bewegung auf. Die Enzyklika „Mens Nostra“ Pius' XI. von 1929 hebt schließlich die Bedeutung von Exerzitien für jeden Christen, gleich welchen Standes, hervor. Im deutschen Sprachraum hat vor allem Hugo Rahner SJ⁹ wesentlich dazu beigetragen, daß Exerzitienkurse ein systematisch betreuter und von den bischöflichen Ämtern geförderter Bestandteil der überregionalen Seelsorge wurden.

Freilich sind im Laufe dieser positiven Entwicklung viele Abstriche am ursprünglichen Modell des Ignatius gemacht worden. Zu Recht beklagen dies heutige Jesuiten. „Es muß darauf geachtet werden“, lesen wir bei Karl Rahner, „daß Exerzitien nicht abstrakte Indoktrination eines theoretischen Lehrsystems samt dessen praktischen Konsequenzen sind ..., sondern Mystagogie in die religiöse Erfahrung des Menschen und seiner Begnadung von innen.“¹⁰ Ähnlich stellt Josef Sudbrack SJ fest: „Im Laufe der Zeit wurde der Urentwurf allerdings oft entfremdet: zu moralistischer Belehrung, zu Vorträgen (ohne Meditation) und auch zur pseu-

⁷ AaO. (s. Anm. 5) 1299.

⁸ *Die Lehre vom christlichen Vollkommenheitsstreben*. Freiburg 1953, 285.

⁹ Siehe u. a.: *Ignatius von Loyola und das geschichtliche Werden seiner Frömmigkeit*. Graz 1947.

¹⁰ *Wagnis des Christen*. Freiburg 1974, 96.

domystischen Flucht in die Erfahrung.“¹¹ Lothar Lies SJ meint gar: „Ignatianische Exerzitien sind sicher nicht die frommen Wochenenden in Abgeschiedenheit, Ruhe und Sammlung, die man in Exerzitienhäusern angeboten bekommt. Exerzitien sind auch nicht eine Zeitspanne sogenannter Besinnungstage, während der man – allein oder in einer Gruppe – die persönliche Existenz mit einer der christlichen Glaubenswahrheiten konfrontiert und daraus geistliche Frucht zieht ...“¹²

Bei aller Berechtigung solcher Stimmen aber darf wohl nicht vergessen werden, daß bereits Ignatius selbst – vgl. die 18. und 19. Anweisung zu Beginn seines Exerzitienbuches – eine Anpassung der Inhalte und der Methoden an die konkrete Situation der Exerzitanden für möglich und gegebenenfalls für nötig hielt. Hugo Rahner konstatiert mit Berufung auf diese Anweisungen: „Alle Exerzitien, die von der ignatianischen Form abweichen (8 oder 3 Tage; Gruppenexerzitien in Vortragsreihen; Bevorzugung der 1. Woche), sind Adaptionen, die aber legitim und schon von Ignatius ... vorgesehen sind.“¹³ Es entspricht also weder der Intention des Ignatius noch der Historie, wenn man nur den – wie auch immer gestalteten – ignatianischen Exerzitien den Titel „Exerzitien“ zugestehen wollte.

2. Legitime Exerzitienformen in Vergangenheit und Gegenwart

Der Kapuziner Anton Rotzetter schlußfolgert meines Erachtens zu Recht: „Die Exerzitien des Ignatius sind ... die Verallgemeinerung geistlicher Erfahrungen, die Ignatius während seines Bekehrungsprozesses gemacht hat. Darum muß man sich fragen, ob die Bekehrungsprozesse z. B. der Ordensgründer Erfahrungen enthalten, die sich analog dazu zu Exerzitien umformen lassen.“¹⁴ Mir scheint dies, wie gesagt, an der Zeit und angesichts des heutigen „Interessentenkreises“ geradezu notwendig zu sein.

Im Band 4 der von ihm herausgegebenen Reihe „Seminar Spiritualität“¹⁵ stellt Anton Rotzetter als konkretes Beispiel ein von ihm und einer Mitarbeiterin praktiziertes und bereits bewährtes Modell vor, das sich in

¹¹ Art.: *Exerzitien*, in: Christian Schütz (Hrsg.), *Praktisches Lexikon der Spiritualität*. Freiburg, Basel, Wien 1988 (Sp. 363–366) 365.

¹² *Ignatius von Loyola. Die Exerzitien*. Theologie – Struktur – Dynamik. Innsbruck, Wien 1983, 9.

¹³ Art.: *Exerzitien* (s. Anm. 5), Sp. 1299.

¹⁴ *Zur Methodik der Exerzitien*, in: Ders. (Hrsg.), *Geist und Kommunikation* (Seminar Spiritualität 4). Zürich, Einsiedeln, Köln 1982 (233–249), 233.

¹⁵ Ebd. 233–249.

Methode und Inhalt am geistlichen Charisma des hl. Franziskus orientiert. Bereits in der Frühzeit der ignatianischen Exerzitienbewegung hatte ebenfalls ein Kapuziner, Johannes Chrysostomus Schenk (1581–1634), ein Büchlein mit dem Titel „Die Geistlichen Übungen“ für seine Mitbrüder verfaßt, die – modern gesprochen – zu einer Art „Exerzitien im Alltag“ anleiten und den Geist des Franziskus, dem spirituellen Inhalt wie den methodischen Elementen nach, aufnehmen.¹⁶

Ähnliches ist in anderen Ordenstraditionen – mehr oder weniger ausgeprägt – geschehen und darf sich auch heute neu herausbilden. Dabei wird man sich selbstverständlich an den „klassischen“, d. h. ignatianischen Exerzitien orientieren dürfen und dankbar in ihre „Schule“ gehen.

Der ignatianische Entwurf ist für *Einzelexerzitien* gedacht. Die seit dem 17. Jahrhundert immer gebräuchlicher gewordenen *Gruppenexerzitien*, in denen die Puncta in Form von Vorträgen für alle Teilnehmer gemeinsam gegeben werden, müssen deshalb ebenfalls nicht grundsätzlich negativ betrachtet werden. Karl Rahner räumt selbst für ignatianische Exerzitien ein: „Gruppen-Exerzitien können nur den Namen Exerzitien einigermaßen verdienen, wenn sie doch so gestaltet werden, daß in ihnen eine religiöse Individualgeschichte sich ernsthaft ereignen kann.“¹⁷ Warum soll dies nicht gegeben, warum nicht machbar sein? – Aber auch der bewußt miteinbezogene Gemeinschaftsaspekt hätte Berechtigung und würde dem ignatianischen Anliegen nicht widersprechen, sondern es positiv ergänzen. „Für Einzelexerzitien“, schreibt Anton Rotzetter, „hat die ignatianische Tradition ein bleibendes Modell geschaffen. Hingegen müssen Exerzitien auch die Erfahrung von Kirche vermitteln, d. h. von konkret gelebter Brüderlichkeit, von feiernder und betender Gemeinschaft, von Vertrauen und Zuversicht ... Mir scheint, daß heute nicht so sehr der Bekehrungsprozeß einzelner im Vordergrund steht, sondern der Bekehrungsprozeß der Kommunitäten. Darum sollten Kommunitätsexerzitien entwickelt werden, welche die ‚vita communis‘ als gemeinsamen Weg des Glaubens einüben“¹⁸ – ein durchaus berechtigtes Anliegen, das der Grundgestalt des christlichen Glaubensvollzugs, der in Exerzitien „geübt“ werden soll, ebenso entspricht wie die persönliche Glaubenserneuerung und Lebensentscheidung des einzelnen.

Und warum nicht auch „*Exerzitien im Alltag*“? Wenn Carl Feckes „Einsamkeit und Betrachtung als wesensbestimmend“¹⁹ für Exerzitien nennt,

¹⁶ Vorgestellt von A. Rotzetter in: *Gebet, Gebetshaltung und Meditationsmethoden*, ebd. (163–182) 176–182.

¹⁷ AaO. (s. Anm. 10) 97.

¹⁸ *Zur Methodik der Exerzitien* (s. Anm. 14), 233.

¹⁹ AaO. (s. Anm. 8) 286.

muß das nicht unbedingt die strenge, schweigende Zurückgezogenheit für eine bestimmte Zeitspanne in einem ruhigen Exerzitienhaus – so wertvoll und dem geistlichen Prozeß der Exerzitien entsprechend diese ist! – zur Voraussetzung haben. Das zunächst im Ostteil, dann auch im Westen Deutschlands bei katholischen und evangelischen Christen beliebt gewordene Buch „Geistlicher Übungsweg für den Alltag“ der Leipziger evangelischen Theologin Karin Johné²⁰ etwa, das zu einem Exerzitienprozeß über 15 Wochen hin unter den familiären und beruflichen Alltagsbedingungen der Exerzitanden anleitet, steht in der besten vor- und nachignatianischen Exerzitientradition der Christenheit und hat bereits vielen Menschen geholfen, ihr Leben aus dem Glauben heraus zu erneuern und eine tiefere Beziehung zu Christus zu finden – wenn es freilich auch wiederum nicht jedermanns Sache ist, im Alltagstrubel „täglich mindestens 20 Minuten über einem vorgegebenen Stoff – meistens einem Bibeltext – in die Stille des Betens und Meditierens vor Gott zu gehen“.²¹

Die Exerzitientradition des Christentums ist weiter und reicher als die ignatianische Form, die aus ihr gewiß als eine der schönsten Früchte hervorgegangen ist. Alle authentischen Weisen der „Einübung“ in den Glaubensvollzug haben ihre Berechtigung. Und das ist gut so, denn – so weiß bereits 150 Jahre vor Ignatius die „Imitatio Christi“ –: „Es paßt nicht jede Übung für alle Menschen. Diese ist jenem, jene diesem angemessener. Auch sind, je nach der Zeit, einige Übungen anziehender als andere ...“²²

3. „Exerzitien im Geist des Karmel“

Derzeit ist es mir leider nicht möglich, historisch exakt nachzuzeichnen, wann, in welchem Umfang und wie die Karmeliten in die von Ignatius eingeleitete und geprägte Exerzitienbewegung eingestiegen sind. Bereits zu Beginn des 17. Jahrhunderts jedenfalls hat Jean de St. Samson (1571–1636), ein französischer Laienbruder der *Beschuhten Karmeliten*, „Meditations pour les Retraites ou Exercices“ zusammengestellt – einen auf zehn Tage konzipierten Kurs mit jeweils drei Meditationseinheiten, gedacht für Gemeinschaftsexerzitien zur geistlichen Erneuerung seiner Mitbrüder; sie sind schon 22 Jahre nach seinem Tod als Teil seines Gesamtwerkes im Druck erschienen.²³ Was den *Teresianischen Karmel* be-

²⁰ Erstveröffentlichung: Evangelische Verlagsanstalt Berlin 1986.

²¹ Ebd. 9.

²² I 19, 5.

²³ *Les Œuvres Spirituelles et Mystiques du Divin Contemplatif F. Jean de S. Samson ...*, Diu-fées en deux Tomes. Rennes 1658, Tome I, 529–586.

trifft – darauf will ich mich in der weiteren Darstellung beschränken –, dürfte die Begleitung von ausdrücklichen Exerzitienkursen – für Einzelne wie für Gruppen – relativ spät, beginnend in den ersten Jahrzehnten unseres Jahrhunderts, anzusetzen sein. Der eigentliche und weltweite Durchbruch zu bewußter Exerzitienarbeit des Teresianischen Karmel kam erst in den sechziger und siebziger Jahren. Dies mag vor allem darin begründet sein, daß die von Teresa zumindest für ihre Brüder eindeutig gewünschte Verbindung von „Aktion“ und „Kontemplation“ seit Nicolo Doria, der 1585 an die Spitze des neuen Ordens trat, mehr oder weniger stark zu gunsten eines „rein kontemplativen“ Lebens zurückgedrängt worden war. Erst der vom Zweiten Vatikanum aufgenommene Ruf Pius' XII.: „Zurück zu den Quellen!“ und die dann einsetzende historisch-kritische Forschung haben das kontemplativ-*apostolische* Anliegen Teresas und ihres Gefährten Johannes vom Kreuz – der von den ersten Tagen seines Ordenslebens im teresianischen Zweig des Karmel an bis zu den letzten Stunden auf dem Sterbebett aktiver Seelsorger war – neu in den Blick gerückt und den Karmeliten die heute generell nicht mehr umstrittene Grundlage für ein nicht nur zugestandenes, sondern zur Lebensform gehörendes Seelsorgeapostolat gegeben. Darüber hinaus trat neu und vertiefter in das Bewußtsein des Ordens, daß sich Teresa in ihren Brüdern Glieder der Karmelfamilie gewünscht hatte, die in Seelsorge und Verkündigung etwas von *dem* Geist in die Kirche hineintragen, in dem sie selber den Glauben und das Leben zu sehen gelernt hatte. Was Gott ihr an Erkenntnis und Erfahrung geschenkt hatte, sollte allen Menschen gehören und gezielt in die Kirche eingebracht werden. Folgerichtig legen die nach dem Zweiten Vatikanischen Konzil erneuerten Konstitutionen den Teresianischen Karmeliten ans Herz, „am Heilsauftrag der Kirche vor allem durch das Apostolat der *Förderung des geistlichen Lebens* mitzuwirken“.²⁴

Dies unter anderem auch in Form von Exerzitienbegleitung zu tun, bietet sich natürlich geradezu an. Und die spirituelle Tradition des Karmel ist – über Teresa hinaus – so reich und so „kernig“, daß sie „Stoff“ genug vorgibt, um Menschsein aus den Quellen des Evangeliums einüben zu helfen.

Im September 1992 kamen in Dublin auf Einladung des Ordensgenerals P. Camilo Maccise OCD erstmalig Teresianische Karmeliten zusammen – 53 Teilnehmer aus 28 Ländern –, die ein ordenseigenes Exerzitienhaus, ein „Haus des Betens“ oder ein Institut für Spiritualität leiten. Es

²⁴ *Regel, Konstitutionen und Ausführungsbestimmungen der Unbeschuhten Brüder des Ordens der Allerheiligsten Jungfrau Maria vom Berge Karmel*. Rom 1986, Nr. 100 (deutsch: München 1989, 59).

war dort beeindruckend zu hören, wie selbstverständlich und mit wieviel Engagement heute in vielen Provinzen Exerzitien angeboten und begleitet werden. Allein 48 *ordenseigene* Exerzitienhäuser (davon 23 in Europa) werden derzeit vom Teresianischen Karmel unterhalten und von Mitbrüdern des Ordens betreut.

Im Erfahrungsaustausch der Konferenzteilnehmer trat – leider allerdings mehr am Rande – auch die Frage auf, wo der karmelitanisch-teresianische Akzent in der Exerzitienbegleitung zu setzen sei, und ob und inwieweit man auch von ausdrücklich „*karmelitanischen Exerzitien*“ sprechen könne. Im allgemeinen, so zeigte sich im Gespräch, werden heute im Teresianischen Karmel zwei Formen praktiziert, die man wohl eher „*Exerzitien im Geist des Karmel*“ nennen müßte.

Die erste: Gekleidet in den äußeren Rahmen „klassischer“ Elemente wie durchgängiges Schweigen, Betrachtung und Gebet zeichnet der Begleiter während des mindestens dreitägigen Kurses in Vorträgen und Meditationsanregungen den geistlichen Weg der großen spirituellen Gestalten des Karmel wie Elija, Teresa von Avila, Johannes vom Kreuz, Therese von Lisieux, Elisabeth von Dijon, Edith Stein u. a. nach oder gestaltet ein Thema des geistlichen Lebens aus dem Gedankengut ihrer Schriften.

Die zweite: In längeren Einzel- oder Gruppenexerzitien wird das ignatianische „Grundgerüst“ des Exerzitienbuches (viele Karmeliten, die heute solche Kurse anbieten, haben eine entsprechende Ausbildung in der „Schule des Ignatius“ absolviert) der theologischen Struktur und der Methode nach möglichst authentisch übernommen, in den Inhalten aber mit dem spirituellen Erfahrungsschatz der karmelitanischen Ordenstradition gefüllt.

Eine ähnliche Praxis ist in anderen Ordensfamilien zu beobachten. Beide Formen scheinen mir berechtigt und der bisherigen Erfahrung nach fruchtbar zu sein.

4. Karmelitanische Exerzitien

Die Frage bleibt, inwieweit sich – dem o. g. Anliegen von Anton Rotzetter entsprechend – sowohl den Inhalten wie auch der *Methode* nach ordensspezifische, also im gegebenen Fall spezifisch teresianisch-karmelitanische Exerzitien gestalten ließen. Ich meine, daß dies – im lernenden Vergleich mit dem ignatianischen Schema und mit der gesamten Exerzitientradition des Christentums – möglich und gerade heute nötig sei. Das Spektrum der verschiedenen Wege des Einübens in die Christusbefolgung könnte so um einen wertvollen Weg erweitert werden und wir wür-

den den unterschiedlichsten Charakteren der Menschen und ihren wechselvollen Lebenssituationen nur hilfreich entgegenkommen.

Ich möchte hier ein Konzept vorstellen, das sich in meiner persönlichen Praxis der Exerzitienbegleitung im Laufe von zehn Jahren herausgebildet hat. Es könnte zumindest einen Anstoß geben, im genannten Sinne an der spezifischen Form von *karmelitanischen Exerzitien* weiterzuarbeiten.

a) methodische Grundelemente

Spiritualitäten stehen, sind sie am Zentrum der christlichen Offenbarung orientiert, nicht in Gegensatz und Konkurrenz zueinander; es handelt sich immer nur um unterschiedliche, einander bedingende und ergänzende Akzentuierungen der einen Christusnachfolge. Diese ergeben sich aus der Biographie der Menschen oder der Gruppe, die die jeweilige Spiritualität begründet haben, aus ihrer „Mentalität“, ihren Lebensumständen und der Zeitsituation, vor allem aber aus ihrer persönlichen „Bekehrungsgeschichte“. Man kann daher die eine Spiritualität nicht scharf gegen die andere abgrenzen. Gleiches gilt – daraus folgend – für die Methoden, die dazu anleiten, den jeweiligen geistlichen Weg „einzüben“ und mitzugehen. Die methodischen Grundelemente karmelitanischer Exerzitien lassen sich daher von denen etwa der ignatianischen Exerzitien nicht in vergleichender Gegensätzlichkeit beschreiben. Dennoch ergeben die bewußt herausgearbeiteten Akzentsetzungen eine spezifische Gestalt.

Karmelitanische Exerzitien – gleich, ob sie für einzelne oder für Gruppen gestaltet werden – können, meiner Kenntnis und Erfahrung nach, methodisch von folgenden drei Elementen her ihr Spezifikum erhalten:

(1.) *Durchgängiges Schweigen*. Gerade bei diesem ersten Element ist die Übereinstimmung mit der ignatianischen, aber auch der vor- und nachignatianischen Exerzitientradition natürlich offenkundig, weshalb auch der grundsätzliche Sinn des Schweigens hier nicht eigens begründet werden muß. Die hinzukommende karmelitanische Akzentuierung leitet sich aus der Lebensform der Gründergruppe des Ordens im Karmelgebirge her, deren Konventualen sich als „Einsiedler in Gemeinschaft“ verstanden und, am Propheten Elija orientiert, im Tageslauf immer wieder die schweigende Zurückgezogenheit suchten, darüber hinaus auch aus dem Lebensbeispiel großer Karmeliten wie Teresa von Avila und Johannes vom Kreuz: Da nach deren Erfahrung äußere Zurückgezogenheit noch nicht ohne weiteres für Gott empfänglich macht, wenn sie nicht gefüllt ist mit einem *inneren* Schweigen der Gedanken und Empfindungen, die sich

gern „außerhalb der inneren Burg aufhalten“ (Teresa²⁵) oder aber „sich Gottes in geistlicher Habsucht bemächtigen“ (Johannes vom Kreuz²⁶) wollen, wird auch ausdrücklich zu einem *inneren Stillwerden* hingeführt.

In meinen Kursen rege ich daher dazu an, in den Exerzitientagen bewußt kein Buch zu lesen, eventuell anstehende Probleme nicht unbedingt lösen zu wollen, auf aufwendige „Gebetspensen“ zu verzichten ...

Bei Gruppenexerzitien kann sich so durchaus eine „religiöse Individualgeschichte ... ernsthaft ereignen“ (Karl Rahner, s.o.). Andererseits geht auch der Gemeinschaftsaspekt keineswegs verloren: Das innere Schweigen der einander zunächst Fremden in einem Exerzitienkurs bringt der Erfahrung nach bei vielen Exerzitanden eine „Tiefenwahrnehmung“ des anderen hervor, die sich gemeinschafts- und kirchebildend „*vom Haupt her*“ auswirkt.

(2.) „*Wandel in der Gegenwart Gottes*“. Nicht alle, die heute nach Glaubens- und Lebensvertiefung suchen, finden sich geeignet, nach ignatianischer oder anderweitig strukturierter Form zu meditieren und sich in mehreren vorgegebenen Zeiteinheiten am Tag gezielt mit einem Schriftwort, einem Bild oder einem geistlichen Gedanken auseinanderzusetzen. Sie sind darin in guter Gesellschaft mit Teresa von Avila, die sich nach eigenem Eingeständnis über mehr als zwanzig Klosterjahre hin unglaublich schwer tat, gesammelt und auf ein Schriftwort konzentriert – nach der strengen Meditationsmethode des o. g. Buches von Cisneros – Betrachtung zu halten. Erlösung brachte ihr erst die Erkenntnis, daß Christus der Freund ist, bei dem man verweilen darf, ohne „meditieren“ zu müssen. Ihren Schwestern schreibt sie: „Es ist gar nicht verlangt, daß ihr über ihn nachdenken, viele Gedanken fassen oder mit dem Verstande hohe und scharfsinnige Erwägungen anstellen sollt; ich bitte euch nur, daß ihr ihn anschaut... Denn er achtet schon einen Blick von uns so hoch, daß er es seinerseits nicht fehlen läßt, sich von uns finden zu lassen.“²⁷ – Bei allem Respekt vor gezielten Meditationszeiten und -weisen: Viele Menschen erreichen das, wozu diese hinführen wollen, nämlich zum „immerwährenden“, ganzzeitlichen „Wandel in der Gegenwart Gottes“, *auch* und nicht selten *nur* auf weniger geformten und strukturierten Wegen. Entsprechend dem von den Vätern im Karmelgebirge bei Elija abgelauschten und in der Tradition des Ordens entfalteten Grundsatz: „Ich stehe (allzeit) vor dem Angesicht dessen, der lebt“ (1 Kön 17, 1) und gemäß der Auffassung Teresas, Christus sei „auch zwischen den Kochtöpfen“²⁸, dürfen gerade

²⁵ *Innere Burg* I, 1.

²⁶ *Dunkle Nacht* I, 3.

²⁷ *Weg der Vollkommenheit* 26, 2.

²⁸ *Klostergründungen* 5, 8.

karmelitanische Exerzitien dazu anleiten, ohne vorgegebene Betrachtungszeiten und doch in innerer „Zweisamkeit“ mit Gott durch die Exerzientage zu gehen, spazierend durch die Natur, Schlaf nachholend auf dem Zimmer, nachdenklich oder einfach bei ihm verweilend in der Kapelle ... Meiner Erfahrung nach kommt auch auf diese Weise – und bei vielen nur auf diese Weise – ein Exerzitienprozeß in Gang.

Als eine brauchbare Hilfe für die Exerzitanden hat sich dabei die folgende Praxis erwiesen: Zu Beginn des Kurses teile ich die vor uns liegende Zeit in drei etwa gleich lange Abschnitte ein, die mit den Stichworten „kommen – bleiben – gehen“ überschrieben werden. In den ersten Tagen kann sich der Exerzitand von Worten Jesu wie: „Kommt mit an einen einsamen Ort, wo wir allein sind, und ruht ein wenig aus!“ (Mk 6, 31), „Kommt und seht!“ (Joh 1, 39) oder: „Kommt alle zu mir, die ihr euch plagt und schwere Lasten zu tragen habt, ich werde euch Ruhe schenken“ (Mt 11, 28) einladen lassen, aus dem Getriebe seines Alltags und der Gestreßtheit seiner Nerven zur inneren Ruhe zu gelangen und sich allmählich, so wie es ihm möglich ist, der verborgenen Gegenwart Gottes und dem Exerzitienprozeß auszusetzen. – In die zweite Phase hinein, in der bei manchen Teilnehmern der Eindruck entsteht, sich doch nun schon genug „besonnen“ und genug gebetet zu haben, stelle ich die Worte Jesu: „*Bleibt* in meiner Liebe!“ (Joh 15, 9), „*Bleibt* in mir, so bleibe ich in euch“ (Joh 15, 4) und das Gleichnis von der Rebe, die am Weinstock „*bleiben*“ muß, um Frucht zu bringen (Joh 15, 15). Die Erfahrung lehrt, daß gerade dieser Hinweis für den Exerzitienprozeß wichtig ist; erst wenn die eigenen Gedanken ein wenig zur Ruhe gekommen und die eigenen Anliegen im Gebet vor Gott hingetragen sind, wird der Mensch offen für das „Neue“ und mehr ein Hörender vor Gott als ein Redender. – In der letzten Phase, noch im äußeren und inneren Schweigen, sollte das „Gehen“ vollzogen werden – nicht nur aus der Stille der Exerzitien hinaus, sondern bewußt an den Ort *hin*, an den der einzelne gestellt ist. Es gilt nun, den konkreten Lebensalltag wieder in den Blick zu nehmen („Wer begegnet mir, wenn ich zu Hause die Tür aufmache? Was erwartet mich, wenn am Montag die Arbeit wieder beginnt? ...“) und mit dem zu „verknüpfen“, was in diesen Exerzientagen geschehen ist. Worte Jesu wie: „*Geht* hinaus in alle Welt ...“ (Mt 28, 19), aber auch: „*Geht!* Ich sende euch wie Schafe unter die Wölfe ...“ (Lk 10, 3) können hier hilfreich sein. Das Wichtigste, was „mitzunehmen“ ist, sind dann nicht unbedingt neue Gedanken, Erkenntnisse und Vorsätze, sondern die neu eingeübte Zweisamkeit mit dem Gott, der der „Emmanuel“, der „Gott mit uns“ ist ...

Wenn Exerzitienkurse „Einübung ins Leben“ (Lothar Lies SJ²⁹) sind, wird so zugleich das eingeübt, was heute im Alltag der meisten Menschen ohnehin „nur“ realisierbar ist: nicht regelmäßige und methodisch strukturierte Zeiten des „geistlichen Lebens“ einzuhalten, sondern das Leben, das konkrete Leben des je einzelnen in Familie, Beruf und Freizeit, in seinem 24-Stunden-Ablauf *geistlich* – also in einem inneren „du, Gott, und ich ...“ – zu leben.

(3.) *Das „Exerziengespräch“ mit Gott selber suchen.* Ohne Frage ist es von hohem Wert, mit einem „Meister“ oder doch einem in der seelsorglichen Gesprächsführung und im geistlichen Leben erfahrenen Begleiter den persönlichen Glaubensweg oder die anstehende Lebensproblematik durchsprechen zu können. Und es ist gut, daß es Exerzitien wie die des Ignatius gibt, in denen dies möglich und sogar vorgesehen ist. Doch auch in dieser Hinsicht gilt es, vor einem „Methodenmonismus“ auf der Hut zu sein. Die heute vor allem in Priesterseminaren, Ordenshäusern und geistlichen Gemeinschaften verbreitete Meinung, ein Wachsen und Reifen im geistlichen Leben sei immer und in jedem Fall nur mit einem festen „geistlichen Begleiter“ oder „Priester des Vertrauens“ möglich, entspricht so absolut weder der Erfahrung noch der kirchlichen Tradition. Es darf und muß auch Zeiten und Situationen im Leben geben, in denen der einzelne in seinem Ringen um den rechten Weg ganz bewußt „allein“ vor Gott bleibt und ihn selber zum „Gesprächspartner“ seines Herzens macht. Und auch das will „eingeübt“ sein.

Karmelitanische Exerzitien können hier wiederum einen Akzent setzen und spezifische Anleitung geben. Da sie auch inhaltlich (s. u.) zum *inneren Beten*, also zur persönlich-vertrauten Ich-Du-Beziehung zwischen Mensch und Gott hinführen wollen, liegt es nahe, den Exerzitanten – ich denke hier an Gruppenexerzitien – zu Beginn des Kurses zu sagen: „Ich stehe Ihnen in der Regel nur zum Empfang des Bußsakramentes und/oder zu einem *kürzeren* Gespräch zur Verfügung; versuchen Sie einmal, in diesen Tagen die Anwesenheit Gottes so ernst zu nehmen, daß Sie ihn selbst zu Ihrem ‚Exerzitienmeister‘ und zum ‚Gesprächspartner‘ in den konkreten Anliegen, die Sie vielleicht gern mit mir besprochen hätten, erwählen.“ Abgesehen davon, daß mancher Kursteilnehmer für dieses Freigelassensein ohnehin von vornherein dankbar ist, habe ich die Erfahrung gemacht, daß die Exerzitanten auf diese Weise nicht weniger gewinnen, als wenn sie zu mir zum Gespräch gekommen wären: Sie haben nun etwas (mehr) Erfahrung darin, wie Gott sehr real zum Wegbegleiter werden und wie Gebet – als persönliche Hinwendung zu ihm und als Hineinhor-

²⁹ AaO. (s. Anm. 12) 9.

chen in die Stimme des Gewissens und des Herzens – echte, konkrete Lebenshilfe (im besten Sinne dieses Wortes) sein kann; dies um so mehr, da heute viele von ihnen auch im Alltag ihres Lebens gar keinen Begleiter wissen, von dem sie sich führen lassen könnten, und so ohnehin darauf angewiesen sind, ein Stück weit mit Gott selbst „zurechtzukommen“.

Diese Exerzitienmethode ist keineswegs lockerer oder gar leichter als die Exerzitienformen mit Gesprächsbegleitung, für den Exerzitanten nicht, aber auch für den Exerzitienbegleiter nicht, der sich selbst hierbei sehr zurücknehmen und Gott und den Teilnehmern des Kurses ein großes Vertrauen entgegenbringen muß...

b) karmelspezifische Inhalte

Exerzitien, gleich welcher Art, haben weniger *den* Glauben (fides quae creditur) als vielmehr *das* Glauben (fides qua creditur), also nicht die zu glaubenden Wahrheiten, sondern den *Glaubensvollzug* zum Thema. Darin unterscheiden sie sich von Glaubensseminaren und religiöser Fortbildung, ebenso wie sie sich durch die methodischen Elemente des *Einübens* von „irgendwie“ gestalteten, in sich durchaus nützlichen „Besinnungstagen“ unterscheiden. Die Vorträge in Gruppenexerzitien oder die auf die konkrete Person hin gegebenen Puncta bei Einzelexerzitien haben also vor allem Fragen des Glaubens*lebens* zum Inhalt, sie sind mystagogisch, nicht missionarisch orientiert. Ihr Ziel ist, wie Ignatius gegen Schluß seines Exerzitienbuches vermerkt, die „Erlangung der Liebe“.³⁰ Über das *Leben* auf die Liebe hin aber läßt sich – mystagogisch – immer nur von der Erfahrung her sprechen. Die geistliche Tradition der Kirche hält einen reichen Schatz solcher Erfahrung bereit, er muß nur „gehoben“ werden. Exerzienvorträge versuchen dies. Dabei darf auch hier aus der Vielgestaltigkeit geschöpft werden: Die von Ignatius erlangten und an der Heiliger Schrift und der Lehre der Kirche reflektierten Erfahrungen sind eine nicht mehr und nicht weniger wertvolle Orientierungshilfe wie die Erfahrungen und daraus gewonnenen Erkenntnisse anderer großer Gestalten authentisch-christlichen Lebens. So füllt sich ein reichlich gedeckter Tisch, an dem jeder das finden kann, was *seine* Seele nährt.

Karmelitanische Exerzitien werden – als eine unter anderen Exerzitienformen – natürlich das auf den „Tisch des Wortes“ legen, was uns aus dem geistlichen Vermächtnis der Karmeltradition zur Verfügung steht. Dies kann in der Praxis sowohl themenzentriert wie auch durch die Dar-

³⁰ Vgl. Nr. 230 – 237.

stellung des Lebensweges eines der Heiligen dieser Ordensfamilie geschehen.

Im ersteren Fall läßt sich an den verschiedensten Zeugnissen – von der Albertregel (dem geistlichen Grunddokument des Ordens) bis hin zu Elisabeth von Dijon und Edith Stein – aufzeigen und „illustrieren“, was etwa *inneres Beten* ist, wie *Aktion und Kontemplation* ineinsgehen, wie man mit der Frage: „*Wer bist du, Jesus?*“ von unbewußten „dämonischen Gottesbildern“³¹ zum dreieinigen Gott der christlichen Offenbarung finden kann, in welchem Verhältnis zueinander *Mystik und Aszese* stehen, wie man mit der (scheinbaren) *Nichterfahrbarkeit Gottes* („*dunkle Nacht*“) umzugehen lernen kann, wie die innere persönlich-personale Beziehung mit dem verborgen-gegenwärtigen Gott in ein vertiefteres Verständnis und zu einem erneuerten *Mitvollzug der Sakramente* führt, und andere Themen mehr; immer soll dabei nicht nur referiert, sondern zugleich zur nach- und mitvollziehbaren „Einübung“ angeleitet werden. In besonderer Weise eignet sich dafür auch das *Gesamtkonzept des geistlichen Lebens* nach Johannes vom Kreuz³², das den Exerzitanden Sinn, Weg und Ziel des menschlichen Lebens vor Augen stellt und ihnen helfen kann, einzelnes vom Ganzen her zu verstehen.

Im zweiten Fall zeichnet der Begleiter den „Bekehrungsprozeß“, den geistlichen Lebensweg einer der großen geistlichen Gestalten des Karmel nach. Dies ist besonders anschaulich anhand der Viten von Teresa von Avila und Theresese von Lisieux, aber auch von Edith Stein möglich. Der Exerzitand sieht sich dann angeregt, die eigene „Glaubensbiographie“ zum Beispiel mit der Teresas zu vergleichen und die Erkenntnisse schrittweise mitzuvollziehen, zu denen diese Frau des 16. Jahrhunderts – beispielgebend für viele und wie Johannes vom Kreuz mit dem Titel „Kirchenlehrer“ autorisiert – gefunden hat.

Karmelitanische Exerzitien – wie gesagt, ein Modell, das Anregung sein möchte, erprobt und weiterentwickelt zu werden. Zu wünschen wäre darüber hinaus, daß die nachkonziliare Rückbesinnung der Orden und geistlichen Traditionen auf ihre Quellen weitere Exerzitienformen hervorbringt, benediktinische etwa, dominikanische, an den großen Laienbewegungen orientierte ..., immer mit dem Mut zum je eigenen Spezifikum. Im Blick auf die Gegenwart und die Zukunft wird christliche Mystagogie darauf nicht verzichten dürfen.

³¹ Vgl. K. Frielingsdorf, *Dämonische Gottesbilder*. Ihre Entstehung, Entlarvung und Überwindung. Mainz 1992.

³² Vgl. R. Körner, *Mein sind die Himmel und mein ist die Erde*. Geistliches Leben nach Johannes vom Kreuz. Würzburg 1989.