

# Die Liebe ist... ...beziehungsfähig werden.

Impulsnachmittag zur Exerzienspiritualität

28. Januar 2017, Innsbruck

P. Christian M. Rutishauser SJ

[www.lassalle-haus.org](http://www.lassalle-haus.org)

# Übersicht

- I. Ruhe – Stille – Schweigen
- II. Vom Hören und vom Sprechen
- III. Schöpfen aus dem Du – Wachsen am du

Wenn es nur einmal so ganz stille wäre.  
Wenn das Zufällige und Ungefährere  
verstummte und das nachbarliche Lachen,  
wenn das Geräusch, das meine Sinne machen,  
mich nicht so sehr verhinderte am Wachen -:

Dann könnte ich in einem tausendfachen  
Gedanken bis an deinen Rand dich denken

und dich besitzen (nur ein Lächeln lang),  
um dich an alles Leben zu verschenken  
wie einen Dank.

Rainer Maria Rilke

# Ruhe

- Ruhen als Gegenpol zur bewegen: räumlich und körperlich

# Ruhe

- Ruhen als Gegenpol zur bewegen: räumlich und körperlich
- Menschen ruhen, Tiere ruhen, Prozesse ruhen etc.

# Ruhe

- Ruhen als Gegenpol zur bewegen: räumlich und körperlich
- Menschen ruhen, Tiere ruhen, Prozesse ruhen etc.
- Ruhe von der Arbeit, Ruhe am Ende des Lebens

# Ruhe

- Ruhen als Gegenpol zur bewegen: räumlich und körperlich
- Menschen ruhen, Tiere ruhen, Prozesse ruhen etc.
- Ruhe von der Arbeit, Ruhe am Ende des Lebens
  
- Jan Ruesbrück: natürliche Ruhe und liebende Ruhe

# Ruhe

- Ruhen als Gegenpol zur bewegen: räumlich und körperlich
- Menschen ruhen, Tiere ruhen, Prozesse ruhen etc.
- Ruhe von der Arbeit, Ruhe am Ende des Lebens
  
- Jan Ruesbrück: natürliche Ruhe und liebende Ruhe
- Augustinus: «Unruhig ist meine Seele, bis sie ruht in Dir.»

# Ruhe

- Ruhen als Gegenpol zur bewegen: räumlich und körperlich
- Menschen ruhen, Tiere ruhen, Prozesse ruhen etc.
- Ruhe von der Arbeit, Ruhe am Ende des Lebens
  
- Jan Ruesbrück: natürliche Ruhe und liebende Ruhe
- Augustinus: «Unruhig ist meine Seele, bis sie ruht in Dir.»
- Hesychasmus: Herzensgebet – Jesusgebet

# Ruhe

- Ruhen als Gegenpol zur bewegen: räumlich und körperlich
- Menschen ruhen, Tiere ruhen, Prozesse ruhen etc.
- Ruhe von der Arbeit, Ruhe am Ende des Lebens
  
- Jan Ruesbrück: natürliche Ruhe und liebende Ruhe
- Augustinus: «Unruhig ist meine Seele, bis sie ruht in Dir.»
- Hesychasmus: Herzensgebet – Jesusgebet
- Jesus: «So werdet ihr Ruhe finden für Eure Seele»

# Stille

- Stille als Gegenpol zum Lärm: akustisch und zeitlich

# Stille

- Stille als Gegenpol zum Lärm: akustisch und zeitlich
- Lärm als Ausdruck von Angst und Flucht vor.... sich selbst

# Stille

- Stille als Gegenpol zum Lärm: akustisch und zeitlich
- Lärm als Ausdruck von Angst und Flucht vor.... sich selbst
- Still sein ist eine menschliche Qualität

# Stille

- Stille als Gegenpol zum Lärm: akustisch und zeitlich
- Lärm als Ausdruck von Angst und Flucht vor.... sich selbst
- Still sein ist eine menschliche Qualität
- Still sein ist eine Entscheidung, der alle Sinne betrifft

# Stille

- Stille als Gegenpol zum Lärm: akustisch und zeitlich
- Lärm als Ausdruck von Angst und Flucht vor.... sich selbst
- Still sein ist eine menschliche Qualität
- Still sein ist eine Entscheidung, der alle Sinne betrifft
  
- Kierkegaard: Die Menschheit ist krank. Stille ist das Medikament.

# Stille

- Stille als Gegenpol zum Lärm: akustisch und zeitlich
- Lärm als Ausdruck von Angst und Flucht vor.... sich selbst
- Still sein ist eine menschliche Qualität
- Still sein ist eine Entscheidung, der alle Sinne betrifft
  
- Kierkegaard: Die Menschheit ist krank. Stille ist das Medikament.
- Meister Eckhart: Einsamkeit und Abgeschiedenheit

# Stille

- Stille als Gegenpol zum Lärm: akustisch und zeitlich
- Lärm als Ausdruck von Angst und Flucht vor.... sich selbst
- Still sein ist eine menschliche Qualität
- Still sein ist eine Entscheidung, der alle Sinne betrifft
  
- Kierkegaard: Die Menschheit ist krank. Stille ist das Medikament.
- Meister Eckhart: Einsamkeit und Abgeschiedenheit
- Jesus: «Wenn du betest geh in Deine Kammer.»

# Schweigen

- Schweigen ist der Gegenpol zu reden: sprachlich & zwischenmenschlich

# Schweigen

- Schweigen ist der Gegenpol zu reden: sprachlich & zwischenmenschlich
- Schweigen ist eine Entscheidung, kein Verstummen

# Schweigen

- Schweigen ist der Gegenpol zu reden: sprachlich & zwischenmenschlich
- Schweigen ist eine Entscheidung, kein Verstummen
- Schweigen ist Arbeit an der Sprache, am Wort

# Schweigen

- Schweigen ist der Gegenpol zu reden: sprachlich & zwischenmenschlich
- Schweigen ist eine Entscheidung, kein Verstummen
- Schweigen ist Arbeit an der Sprache, am Wort
- Schweigen ist hören auf den Andern

# Schweigen

- Schweigen ist der Gegenpol zu reden: sprachlich & zwischenmenschlich
  - Schweigen ist eine Entscheidung, kein Verstummen
  - Schweigen ist Arbeit an der Sprache, am Wort
  - Schweigen ist hören auf den Andern
- 
- Dtn: «Höre Israel, der Herr unser Gott ist einer.»

# Schweigen

- Schweigen ist der Gegenpol zu reden: sprachlich & zwischenmenschlich
  - Schweigen ist eine Entscheidung, kein Verstummen
  - Schweigen ist Arbeit an der Sprache, am Wort
  - Schweigen ist hören auf den Andern
- 
- Dtn: «Höre Israel, der Herr unser Gott ist einer.»
  - Jesaja: «Hört und ihr werdet leben.»

# Schweigen

- Schweigen ist der Gegenpol zu reden: sprachlich & zwischenmenschlich
  - Schweigen ist eine Entscheidung, kein Verstummen
  - Schweigen ist Arbeit an der Sprache, am Wort
  - Schweigen ist hören auf den Andern
- 
- Dtn: «Höre Israel, der Herr unser Gott ist einer.»
  - Jesaja: «Hört und ihr werdet leben.»
  - Elija: Hört am Sinai Gott in einem «verschwebenden Schweigen»

# Schweigen

- Schweigen ist der Gegenpol zu reden: sprachlich & zwischenmenschlich
  - Schweigen ist eine Entscheidung, kein Verstummen
  - Schweigen ist Arbeit an der Sprache, am Wort
  - Schweigen ist hören auf den Andern
- 
- Dtn: «Höre Israel, der Herr unser Gott ist einer.»
  - Jesaja: «Hört und ihr werdet leben.»
  - Elija: Hört am Sinai Gott in einem «verschwebenden Schweigen»
  - Jesus: «Wer Ohren hat, der höre.»

Alles Wesentliche, Bleibende, Gültige bereitet sich im Schweigen vor. Gott hat das Schweigen um des Menschen willen in die Schöpfung hineingelegt. Auch von Menschenhand geschaffene Werke vermögen Schweigen auszuströmen, ein Kantate von Bach, Schiffe von Paul Klee. Schweigen selbst kann nicht zerstört werden, nur die Fähigkeit es in uns zu empfangen und aufzubauen. Das Schweigen erträgt die Einsamkeit, macht sie fruchtbar. Einsamkeit gefährdet den Menschen, aber das Schweigen macht ihn weit und lebendig. Alles Verwundete braucht, um zu heilen, das Schweigen. Schweigen bricht den Widerstand der Dinge und macht sie durchsichtig. Schweigen ist Nahrung. Wenn wir leben wollen, müssen wir uns dem Schweigen öffnen.

nach Max Bolliger

# Übersicht

- I. Ruhe – Stille – Schweigen
- II. Vom Hören und vom Sprechen
- III. Schöpfen aus dem Du – Wachsen am du

# Exerzitien

- Zeit der Ruhe, der Stille und des Schweigens
- Zeit, geistlich zu üben
- Zeit, innerlich frei zu werden
- Zeit, beziehungsfähig zu werden
- Zeit, seine Berufung zu finden
- Zeit des Glaubens, des Hoffens und des Liebens

# Sprechen und Hören

## EB 1

Anmerkungen, um einige Einsicht in die folgenden geistlichen Übungen zu nehmen und damit sowohl der, der sie geben, wie der, der sie empfangen soll, Hilfe erlangen.

# Sprechen und Hören

EB 22

Damit sowohl der, der die geistlichen Übungen gibt, wie der, der sie empfängt, mehr Hilfe und Nutzen haben, ist vorauszusetzen, dass jeder gute Christ bereitwilliger sein muss, die Aussage des Nächsten zu retten, als sie zu verurteilen; und wenn er sie nicht retten kann, erkundige er sich, wie jener sie versteht, und versteht jener sie schlecht, so verbessere er ihn mit Liebe; und wenn das nicht genügt, suche er alle angebrachten Mittel, damit jener, indem er sie gut versteht, sich rette.

# Sprechen und Hören

DIE ZWEITE ANMERKUNG IST: Derjenige, der einem anderen Weise und Ordnung dafür angibt, sich zu besinnen oder zu betrachten, soll die Geschichte dieser Betrachtung oder Besinnung getreu erzählen, indem er die Punkte nur in kurzer oder zusammenfassender Erläuterung durchgeht. Denn wenn derjenige, der betrachtet, das wirkliche Fundament der Geschichte nimmt, es selbständig durchgeht und bedenkt und etwas findet, was die Geschichte ein wenig mehrerläutern oder verspüren lässt – 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 geistlicher 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.

# Sprechen und Hören

## EB 38 – 41: Über das Wort

- «Nicht schwören, weder beim Schöpfer noch bei einem Geschöpf, es sei denn mit Wahrheit, Notwendigkeit und Ehrfurcht.»
- KEIN MÜSSIGES WORT SAGEN: Darunter verstehe ich: wenn es weder mir noch einem anderen nützt noch auf eine solche Absicht hingeordnet ist. Zu allem zu reden, was Nutzen ist oder doch Absicht, der eigenen oder einer fremden Seele, dem Leib oder zeitlichen Gütern zu nützen, ist also niemals müßig... Aber in allem Genannten liegt Verdienst darin, es wohl zu ordnen, und Sünde, es in eine schlechte Richtung zu bringen oder eitel zu reden.
- «Nichts sagen, was entehrt oder ins Gerede bringt.»

# Sprechen und Hören

«Wenn ich in den Sprachen der Menschen und Engel redete, hätte aber die Liebe nicht, wäre ich dröhnendes Erz oder eine lärmende Pauke.»

1 Kor 13,1

# Einzelarbeit

- Wie gehe ich mit der Sprache um?
- Wann verstumme ich? Wo bin ich unfähig zu reden?
- Wo bin unfähig zu hören?
- Bitte ich um reine Absicht vor Gesprächen?
- Wie halte ich es mit Gerade und Geschwätz?

# Übersicht

- I. Ruhe – Stille – Schweigen
- II. Vom Hören und vom Sprechen
- III. Schöpfen aus dem Du – Wachsen am du

Gott ist eine Quelle, aus der jeder so viel schöpft, wie sein Gefäß zu schöpfen vermag.

*Auf einem Platz sieht Bruder Klaus Menschen fleissig arbeiten und wundert sich, dass sie doch arm bleiben. Als er daneben einen Tabernakel sieht, ist darin eine öffentliche Küche und oberhalb einer Treppe ein gewaltiger Brunnen. Aus ihm fliessen mit Getöse Wein, Öl und Honig. Überquellend der Brunnen, doch Bruder Klaus wundert sie abermals, dass nur ganz wenige Leute hingehen und schöpfen. Vielmehr erblickt er die Menschen auf dem Platz: Einige, wie sie einen Zaun machen und zu den Dabeistehenden sprechen: „Ihr kommt nur hinein, wenn ihr einen Pfennig bezahlt.“ Er sieht Andere, die Musik machen und auch einen Pfennig verlangen, und weiter Handwerker, die alle einen Pfennig haben wollen. Doch die Menschen bleiben alle ganz arm. Bruder Klaus wundert sich erneut, dass sie nicht aus dem Brunnen schöpfen.*

Die Brunnenvision des Bruder Klaus



# Das göttliche Antlitz

«So empfehlen wir uns vor dem Angesicht Gottes jedem menschlichen Gewissen. Denn der Gott dieser Weltzeit hat das Denken der Ungläubigen verblendet. So strahlt ihnen der Glanz der Heilsbotschaft nicht auf, der Botschaft von der Herrlichkeit Christi, der Gottes Ebenbild ist. Wir verkündigen nämlich nicht uns selbst, sondern Jesus Christus als den Herrn, uns aber als eure Knechte um Jesu willen. Denn Gott, der sprach: Aus Finsternis soll Licht aufleuchten!, er ist in unseren Herzen aufgeleuchtet, damit wir erleuchtet werden zur Erkenntnis des göttlichen Glanzes auf dem Antlitz Christi.»

2 Kor 4,3-5

# Der liebende Blick

Ich hatte ein ziemlich gutes Verhältnis zum Herrn. Ich pflegte ihn um Dinge zu bitten und mich mit ihm zu unterhalten, ihn zu loben und ihm zu danken.

Aber ich hatte stets das unangenehme Gefühl, er wolle mich veranlassen, ihm in die Augen zu sehen. Und ich wollte nicht. Ich redete zwar, blickte aber weg, wenn ich spürte, dass er mich ansah. Immer sah ich weg, und ich wusste warum. Ich hatte Angst, einen Vorwurf dort zu finden wegen irgendeiner noch nicht bereuten Sünde. Ich dachte, ich würde auf eine Forderung stoßen: irgendetwas wollte er wohl von mir.

Eines Tages fasste ich Mut und blickte ihn an! Da war kein Vorwurf. Da war keine Forderung. Die Augen sagten nur: "Ich liebe dich!" Ich blickte lange in diese Augen, forschend blickte ich in sie hinein. Doch die einzige Botschaft lautete: "Ich liebe Dich!"

Und ich ging hinaus, und wie Petrus weinte ich!

Anthony de Mello SJ

# Trinitarische Spiritualität



*Es gibt dich*

Dein Ort ist  
wo Augen dich ansehen.  
Wo sich die Augen treffen,  
entstehst du.

Von einem Ruf gehalten,  
immer die gleiche Stimme,  
es scheint nur eine zu geben,  
mit der alle rufen.

Du fielest,  
aber du fällst nicht.  
Augen fangen dich auf.

Es gibt dich,  
weil Augen dich wollen,  
dich ansehen und sagen,  
dass es dich gibt.

Hilde Domin

# Das Antlitz des Andern

In diesem Sinn kann man sagen, dass das Antlitz nicht «gesehen» werden kann. Es ist das, was nicht ein Inhalt werden kann, den unser Denken umfassen könnte... die Vision ist die Suche nach einer Entsprechung... Aber die Beziehung zum Antlitz ist von vornherein ethischer Art. Das Antlitz ist das, was man nicht töten kann oder dessen Sinn zumindest darin besteht zu sagen: «Du darfst nicht töten».

Emmanuel Levinas

Gott ist dem Menschen innerlicher als der Mensch sich selbst.

Augustinus

# Vor dem Antlitz

1. Bewusst ankommen am Meditationsplatz

# Vor dem Antlitz

1. Bewusst ankommen am Meditationsplatz
2. Vorbereitungsgebet 1: Zeit verschenken – hören

# Vor dem Antlitz

1. Bewusst ankommen am Meditationsplatz
2. Vorbereitungsgebet 1: Zeit verschenken – hören
3. Vorbereitungsgebet 2: Bitte formulieren – sprechen

# Vor dem Antlitz

1. Bewusst ankommen am Meditationsplatz
2. Vorbereitungsgebet 1: Zeit verschenken – hören
3. Vorbereitungsgebet 2: Bitte formulieren – sprechen
4. Meditation des Bibeltextes

# Vor dem Antlitz

1. Bewusst ankommen am Meditationsplatz
2. Vorbereitungsgebet 1: Zeit verschenken – hören
3. Vorbereitungsgebet 2: Bitte formulieren – sprechen
4. Meditation des Bibeltextes
5. Kontemplation

# Vor dem Antlitz

1. Bewusst ankommen am Meditationsplatz
2. Vorbereitungsgebet 1: Zeit verschenken – hören
3. Vorbereitungsgebet 2: Bitte formulieren – sprechen
4. Meditation des Bibeltextes
5. Kontemplation
6. Vertrautes Gespräch

# Vor dem Antlitz

1. Bewusst ankommen am Meditationsplatz
2. Vorbereitungsgebet 1: Zeit verschenken – hören
3. Vorbereitungsgebet 2: Bitte formulieren – sprechen
4. Meditation des Bibeltextes
5. Kontemplation
6. Vertrautes Gespräch
7. Meditation bewusst beschliessen

# Schauen, Hören, Sprechen im Gebet

- Bin ich mehr ein visueller oder ein auditiver Mensch?
- Wie gehe ich mit inneren Bildern um?
- Wie ist das Verhältnis von Hören und Sprechen in der Meditation?
- Kann ich Gottes Anruf in mir wahrnehmen? Wie?

# Übersicht

- I. Ruhe – Stille – Schweigen
- II. Vom Hören und vom Sprechen
- III. Schöpfen aus dem Du – Wachsen am du

# Das Lied der Liebe und der Beziehung

Jetzt schauen wir in einen Spiegel  
und sehen nur rätselhaftige Umrisse,  
dann aber schauen wir von Angesicht zu Angesicht.  
Jetzt erkenne ich unvollkommen,  
dann aber werde ich durch und durch erkennen,  
so wie ich auch durch und durch erkannt worden bin.  
Für jetzt bleiben Glaube, Hoffnung, Liebe, diese drei;  
doch am größten unter ihnen ist die Liebe.

1 Kor 13,8-13

# Ich und Du

Die Welt ist dem Menschen zwiefältig nach seiner zwiefältigen Haltung. Die Haltung des Menschen ist zwiefältig nach der Zwiefalt der Grundworte, die er sprechen kann... Das eine Grundwort ist das Wortpaar Ich-Du, Das andre Grundwort ist das Wortpaar Ich-Es... Somit ist auch das Ich des Menschen zwiefältig. Denn das Ich des Grundwortes Ich-Du ist ein andres als das des Grundwortes Ich-Es... Das Grundwort Ich-Du kann nur mit dem ganzen Wesen gesprochen werden. Das Grundwort Ich-Es kann nie mit dem ganzen Wesen gesprochen werden...

Wer Du spricht, hat kein Etwas zum Gegenstand. Denn wo Etwas ist, ist anderes Etwas, jedes Es grenzt an andere Es, Es ist nur dadurch, dass es an andere grenzt. Wo aber Du gesprochen wird, ist kein Etwas. Du grenzt nicht. Wer Du spricht, hat kein Etwas, hat nichts. Aber er steht in der Beziehung.

Martin Buber

# Wer ist mein Nächster?

Da stand ein Gesetzeslehrer auf, und um Jesus auf die Probe zu stellen, fragte er ihn: Meister, was muss ich tun, um das ewige Leben zu gewinnen? Jesus sagte zu ihm: Was steht im Gesetz? Was liest du dort? Er antwortete: Du sollst den Herrn, deinen Gott, lieben mit ganzem Herzen und ganzer Seele, mit all deiner Kraft und all deinen Gedanken, und: Deinen Nächsten sollst du lieben wie dich selbst. Jesus sagte zu ihm: Du hast richtig geantwortet. Handle danach und du wirst leben. Der Gesetzeslehrer wollte seine Frage rechtfertigen und sagte zu Jesus: Und wer ist mein Nächster? Darauf antwortete ihm Jesus: Ein Mann ging von Jerusalem nach Jericho hinab und wurde von Räubern überfallen. Sie plünderten ihn aus und schlugen ihn nieder; dann gingen sie weg und ließen ihn halb tot liegen. Zufällig kam ein Priester denselben Weg herab; er sah ihn und ging weiter. Auch ein Levit kam zu der Stelle; er sah ihn und ging weiter. Dann kam ein Mann aus Samarien, der auf der Reise war. Als er ihn sah, hatte er Mitleid, ging zu ihm hin, goss Öl und Wein auf seine Wunden und verband sie. Dann hob er ihn auf sein Reittier, brachte ihn zu einer Herberge und sorgte für ihn. Am andern Morgen holte er zwei Denare hervor, gab sie dem Wirt und sagte: Sorge für ihn, und wenn du mehr für ihn brauchst, werde ich es dir bezahlen, wenn ich wiederkomme. Was meinst du: Wer von diesen dreien hat sich als der Nächste dessen erwiesen, der von den Räubern überfallen wurde? Der Gesetzeslehrer antwortete: Der, der barmherzig an ihm gehandelt hat. Da sagte Jesus zu ihm: Dann geh und handle genauso!

Lk 10, 25-37