# «Lass mich erkennen Deine Wege» – mit Gott unterwegs

Impulsnachmittag für ExerzitienbegleiterInnen Innsbruck, HdB, 25.1. 2020

#### Die mir gestellte Aufgabe:

- ... Themen (1) des Aufbrechens,
- (2) des Unterwegsseins im Alltag
- und (3) in den Bergen, (4. dem Pilgern) beinhalten könnte.
- (5) Biblisch gibt es hier ja ganz viel dazu
- und (6) ergänzend dazu könnte ich mir vorstellen, dass Sie uns aus Ihrer persönlichen Bergwandererfahrung
- (7) wertvolle spirituelle Impulse vermitteln könnten.
- → Wie bin ich aufgebrochen hierher? (1' Besinnung)

#### Vor dem Aufbrechen

 Bevor sich jemand auf den Weg machen kann, muss viel geschehen sein.

Abram in Gen 12,1-3; Jesu Jünger Mk 6,7

- Wohin soll es gehen?
   Ziel, Etappen dafür, ...
- Was brauche ich dafür?

Ausrüstung – geistlich Eph 6,14-17

→ Welche Botschaft steckt darin?



#### Sich bereit machen

Es geht los!

= Übergänge

Wetter?

barfuss – Lk 10,4:

«ohne Sandalen»

Stöcke – «Stab» Ex 12,11 gemeinsam

«Jhwh behütet dein Weggehen ...» (Ps 121,8)



#### Eine Meditation

Wege in den Bergen und die Psalmen

\_\_\_

als Inspiration
für unsere Lebenswege
und Spiegel
geistlicher Erfahrungen

## Den Weg angehen

- «Mach dich auf, zieh aus aus diesem Land!» (Gen 31,13)
- = Gottes Aufforderung an Jakob zur Rückkehr in seine Heimat
- «Jetzt aber geh, ich sende Dich zum Pharao …» (Ex 3,10)
- = Berufung des Mose zu einer herausfordernden Aufgabe
- // Vorbereitung für das Gebet; innerlich zur Ruhe kommen (Ps 131)



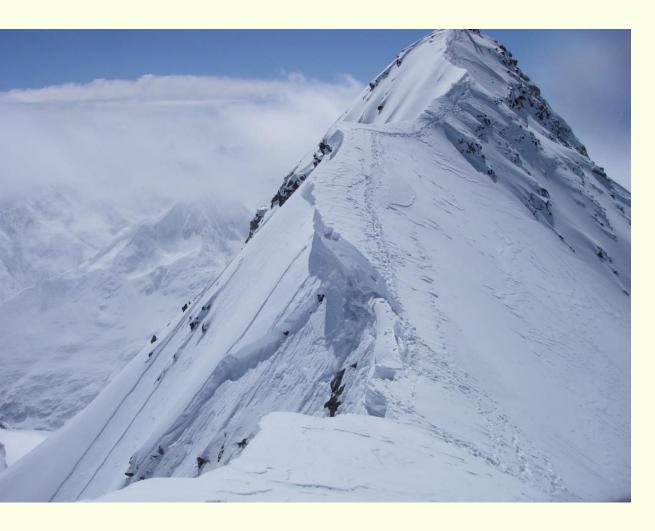


# Zu meidende, gefährliche Wege



- «Selig der Mensch, der nicht nach dem Rat von Frevlern geht, nicht auf dem Weg von Sündern steht …» (Ps 1,1)
   Der Beginn des Psalters warnt doppelt vor falschen Wegen.
- «Hütet euch vor den falschen Propheten …!» (Mt 7,15)
   Verführung durch Andere
- «Wenn Deine Hand oder Dein Fuß Dir Ärgernis gibt, hau sie ab und wirf sie von Dir!» (Mt 18,8)
  - Es braucht Aufmerksamkeit und Entschiedenheit gegenüber Fehlentwicklungen und falschen Ausrichtungen.

# «Seinen Engeln befiehlt er ...» (Ps 91,11)



- Oft sind wir uns der Gefahren nicht bewusst.
- Jeder Moment unseres Lebens ist ein göttliches Geschenk.
- Schönheit, Erfahrung von Glück und drohendes Unheil liegen oft nahe beieinander.

// dankbar bleiben; immer bereit und versöhnt sein

Wo ist mir Bewahrtsein geschenkt worden?

# «Bahnt den Weg Jhwhs!» (Jes 40,3)



- spuren = den Weg für Andere leichter machen, damit auch Orientierung geben
- Viele sind uns vorausgegangen, haben Beispiel gegeben, oder Anleitung.
- «Selig der Mensch … in deren Herzen gebahnte Wege sind!»

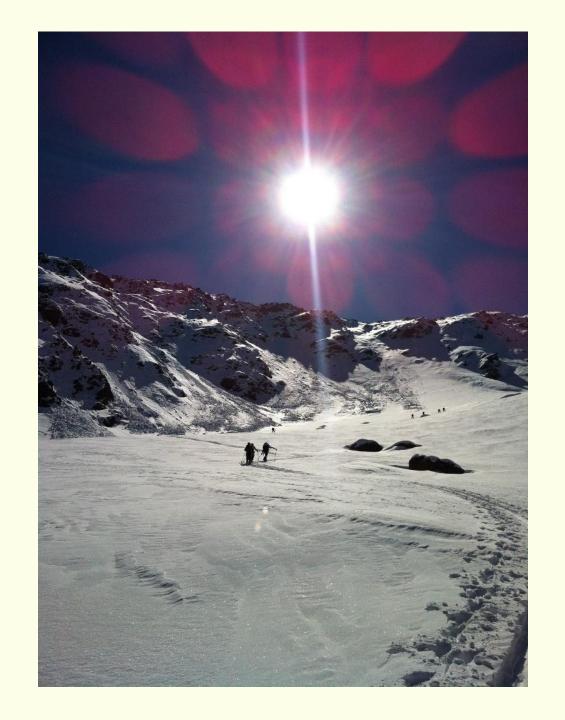
(Ps 84,6)

// Anweisungen als Hilfe; folgen

«Ich will Blinde auf einem Weg gehen lassen, den sie nicht kennen» (Jes 42,16)

- + lange Wege
- + in grandioser Landschaft
- + immer höher hinauf

«Sonne und Schild ist Jhwh» (Ps 84,12)



# «Und er ruhte am siebten Tag» (Gen 2,2)



- 'Zwischenstationen' auf dem Weg: innehalten, besinnen, Kraft schöpfen
- Israels Etappen auf dem Weg durch die Wüste: Num 33
- sich einstellen auf den weiteren Weg

// Balance von Ruhe und Gehen; mit 'langem Atem' Wie halte ich den Sonntag?

## «Fürchte Dich nicht!» (Gen 15,1)



Immer gibt es im Leben auch Abgründe: nicht hinunter, sondern nach oben schauen.

Der Weg mag stellenweise völlig glatt erscheinen; er ist es nicht.

Ein Seil verbindet. Es ist streckenweise nicht sichtbar, aber dennoch da.

// Worauf richten wir uns aus?



«... rettet sich nicht durch die Größe seiner Kraft» (Ps 33,16)

Letztlich entscheidend ist nicht eigene Stärke (s. Koh 9,11), sondern Gottes Begleitung. Er unterstützt unseren Einsatz, lässt auch Besonderes gelingen.

Aufsetzen auf Reibung verlangt Vertrauen.

Beweglichkeit steht hinter dem unüblichen, weiten Spreizschritt.

// «Jhwhs Auge (ist) auf den ihn Fürchtenden.» (Ps 33,18) geistlich beweglich bleiben; üben; auch Neues wagen



«Verflucht der Mann, der auf einen Menschen vertraut …!»

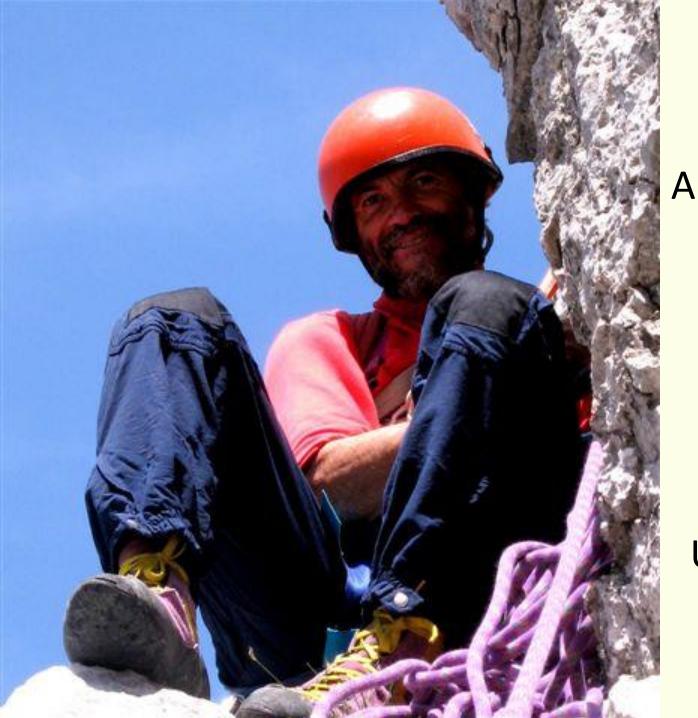
«Gesegnet der Mann, der auf Jhwh vertraut und dessen Vertrauen Jhwh ist!»

(Jer 17,5.7)

Je herausfordernder der Weg, umso mehr bedarf es der Sicherungen.

«Jhwh, ... nichts ist Dir unmöglich» (Jer 32,17)

// Wer hält mich? Was trägt mich?



# Am Predigtstuhl

Auch auf schweren, steilen Routen gibt es Rast- und Sitzplätze.

Der Wechsel von Steigen und Ruhen, sich entfernen und einander wieder begegnen spiegelt unser Leben.

Um Anderen Hilfe, Schutz geben zu können, bedarf es eigener Festigkeit.



«Näher, mein Gott, zu Dir!»

Nach langem Gehen kommen der Gipfel und das Ziel nahe.

Es gilt durchzuhalten. Auch mit Durst, bei Hunger, und wenn man müde ist.

Die Kletternden können nicht sehen, wie wenig ihnen noch bis zum höchsten Punkt fehlt.

// Ähnlich im Leben, und besonders im Alter: Jede Sekunde bringt uns weiter zur ewigen Erfüllung bei Gott.

«Ich will kommen zum Altar Gottes» (Ps 43,4)

Ein Ziel erreichen ist nur mit Gottes Hilfe möglich. Von daher ist angemessen, ihn zu loben: «Preise Jhwh, meine Seele ...!» (Ps 103,1)



Die sogenannten 'Wallfahrtspsalmen' sind «Aufstiegslieder»: 'Pilgern' ist ein Gehen nach oben, symbolisch und geistlich.

// Wie stark ist die religiöse Dimension in meinem Alltag präsent?

# «... sanftmütig und auf einem Esel reitend» (Sach 9,9)

Einfache, bescheidene Mittel sind eine Botschaft und führen zu größerer Erfüllung.

Gemeinsam unterwegs sein vertieft die Freude.

Es wartet eine genussvolle, lange Abfahrt.

// Ab nun wird es leichter.



# «Über meine Höhen lässt er mich fahren» (Hab 3,19)

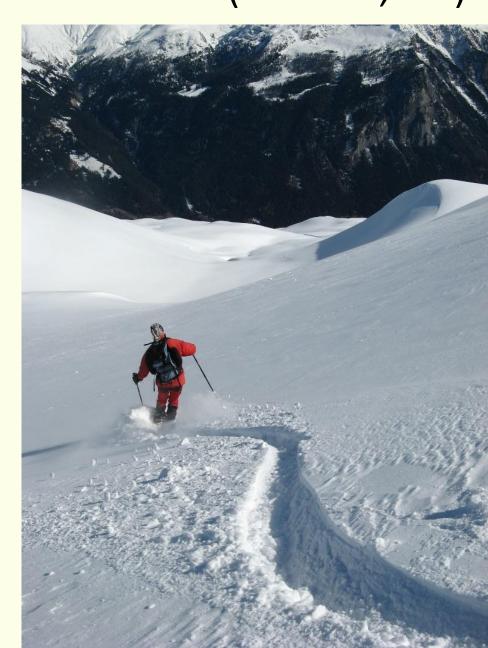
Nach vollendeter Anstrengung wartet Vergnügen.

Der Weg liegt ganz weit offen und ist mühelos.

Er lässt Freiheit und Harmonie erfahren, wie Tanzen (Ps 30,12).

Landschaft und Aussicht vermitteln Erhabenheit und bezeugen die Schönheit von Gottes Schöpfung.

// «Ich bin gekommen, damit sie Leben haben und es in Fülle haben.» (Joh 10,10)





«Jhwh behütet Dein Gehen und Dein Kommen» (Ps 121,8)

Oft ist nicht möglich, denselben Weg zurückzugehen.

Es gilt, sich in unbekanntes Gelände hinabzulassen mit Abseilen.

Dies ist notwendig, um wieder auf den 'Boden' zu kommen und weiterzuleben.

Dabei hängt an einem einzigen Haken das Leben.

Und unter einem ist viel Luft ...

// uns überlassen göttlicher Führung

# «An Wasser der Ruhen führt er mich» (Ps 23,2)

**Unsere Welt** bietet Wunder. Sie berühren uns, lassen aufgehen, zu welchem Glück Gott uns von Anfang an geschaffen hat.



«Nur bei Gott findet Ruhe meine Seele. Von ihm ist meine Hilfe. ... Nur bei Gott finde Ruhe, meine Seele!» (Ps 62,2.6)

# «Jhwh aber sieht auf das Herz» (1 Sam 16,7)

All unser Wahrnehmen ist sehr begrenzt.

Andere Standpunkte können neue Perspektiven zeigen.

Das Meer, Symbol des Chaos, kann befahren werden.

Das Schiff trägt darüber.

Der Wind treibt voran, in die Unendlichkeit.

// getragen, bewegt, auf ewig



### «Lass mich erkennen Deine Wege!»

- Gottes Wege, ob im Leben oder in den Bergen, sind voller Überraschungen. Können wir uns darauf einlassen?
- Das Unbekannte verlangt Vertrauen. Es ist begründet, weil Gott uns geschaffen hat, uns bisher beschützt hat und es auch weiter macht.
- Angesichts vieler verschiedener Wege ist Unterscheidung verlangt. Es gilt zu spüren, was mehr zu Gott hinführt.
- Als Begleitende haben wir die Aufgabe, den zu den Exerzitien Kommenden zu helfen, dies zu erkennen.
- Es ist wichtig, beweglich zu bleiben, bis zur Ankunft bei Gott.

### Die mir gestellte Aufgabe:

- ... Themen (1) des Aufbrechens,
- (2) des Unterwegsseins im Alltag
- und (3) in den Bergen, (4. dem Pilgern) beinhalten könnte.
- (5) Biblisch gibt es hier ja ganz viel dazu
- und (6) ergänzend dazu könnte ich mir vorstellen, dass Sie uns aus Ihrer persönlichen Bergwandererfahrung
- (7) wertvolle spirituelle Impulse vermitteln könnten.

# Erfahrungen mit Exerzitien im Alltag

- in unserem Orden seit über 30 Jahren und an der Fakultät zusammen mit P. Bruno Niederbacher SJ seit ca. 15 Jahren regelmäßig
- Zeitrahmen: ca. 8 Monate (SJ); von Aschermittwoch bis zum Weißen Sonntag (entsprechend der Dynamik der «Vier Wochen» der Geistlichen Übungen des hl. Ignatius)
- wöchentliche Treffen, mit Rückmeldungen / Austausch und Einführung in die kommenden Betrachtungen
- sehr kurze Anweisungen («Punkte»; 3 Seiten für gut acht Wochen)
- Achten auf Wiederholungen und Rückblicke (Tages-, Wochen-)

«Jhwh, unser Herr, wie gewaltig ist Dein Name auf der ganzen Erde! ... über den Himmel» (Ps 8,2)



«Singen will ich Jhwh mein Leben lang ...» (Ps 104,33)