

Vernetzungsinitiative Lebensherbst

Kontaktbrief zum 25. März 2024

„Beten mit Ignatius“



J. Marneffe, Vera effigies Sancti Ignatii,
seit 1980 im Besitz der Gesellschaft Jesu © SJ-Bild



*Liebe Mitglieder der GCL
und der Marianischen Congregation für Kranke,
liebe Leserinnen und Leser,*

Jahr für Jahr begehen GCLer/innen weltweit den Welttag der GCL am Fest der Verkündigung des Herrn. Jahr für Jahr ist dieser Tag Anlass, Dank zu sagen für Gottes Heilsplan. Dieser Tag lädt uns auch jedes Jahr aufs Neue ein, unsere Berufung zu bedenken, sie tiefer zu verstehen und zu leben. Maria, die Mutter des Herrn, kann uns dabei Vorbild sein. In unseren Allgemeinen Grundsätzen Nr. 9 heißt es: „Sie (Maria) ist das Urbild unserer Mitarbeit an Seiner Sendung. Marias Mitwirken mit Gott beginnt durch ihr Ja-Wort im Geheimnis von Verkündigung und Menschwerdung. Ihr Dienst, wie er sich im Besuch bei Elisabeth konkret zeigt, und ihre Solidarität mit den Armen, wie sie im Magnifikat aufleuchtet, weisen uns den Weg bei unserem Einsatz für Gerechtigkeit in der Welt von heute. Ihr Teilnehmen an der Sendung ihres Sohnes ihr ganzes Leben hindurch führt uns dazu, unsere Hingabe an Gott in Verbindung mit Maria zu leben.“

Lassen wir uns von Maria inspirieren!

Beten im Alter mag an manchen Tagen eine Herausforderung sein. Es kann passieren, dass die Konzentration nicht ausreicht oder man gar während des Gebets einschläft. Das ist kein

Unglück oder Anlass zum sich Ärgern! Vielleicht muss man im Alter eine eigene Form des Betens finden. Genauso, wie man im Alter die jeweils passende Form der Mitarbeit an der Sendung Christi finden muss.

Wir gehen auf Ostern zu. Nur noch wenige Menschen können mit dem christlichen Osterfest etwas anfangen, wie Umfragen deutlich machen. Lassen wir uns nicht beirren, halten wir an unserem Glauben und unserer Sendung fest. Halten wir am Gebet fest und halten wir Gott vertrauensvoll alle Nöte, alle Dunkelheiten dieser Welt hin.

Ich wünsche ihnen, liebe Leserinnen und Leser, eine gesegnete Karwoche und eine gesegnete Osterzeit

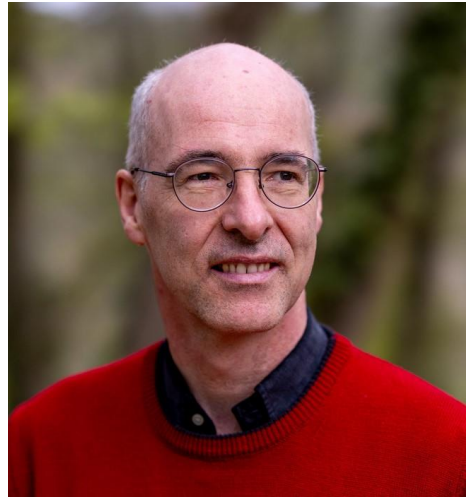
Ihre Ingrid Bose mit dem Redaktionsteam



Ingrid Bose

Wie man das Hingabegebet des Ignatius beten kann

**„Nimm hin, Herr, und empfang
meine ganze Freiheit, mein
Gedächtnis, meinen Verstand und
meinen ganzen Willen, all mein
Haben und Besitzen. Du hast es mir
gegeben; dir, Herr, gebe ich es zurück. Alles ist dein,
verfüge nach deinem ganzen Willen. Gib mir deine Liebe
und Gnade, denn diese genügen mir.“** (Exerzitenbuch, Nr. 234)



Dieses Gebet steht am Ende des Exerzitenbuches des Ignatius von Loyola, es ist Teil der Betrachtung zur Erlangung der Liebe – und viele von Ihnen kennen es.

Ich muss zugeben, dass mir dieses Gebet schwer über die Lippen ging. Es zu beten kam mir vor wie einen Blankoscheck zu unterschreiben, ohne zu erahnen, welche Summe Gott in die Zeilen einsetzen würde. „Und wenn Gott etwas hineinschreibt, das mir komplett gegen den Strich geht?“, dachte ich.

Schaurige Szenarien malte ich mir aus, Schweiß trat auf meine Stirn.

Eines Tages kam ich auf eine Idee, wie ich dieses Gebet beten kann, ohne mich zu überfordern. Auslöser war das Mosaik in unserer Hauskapelle. Dort steht in goldenen Lettern ein Auszug dieses Gebets in lateinischer Sprache „SUME DOMINE ET SUSCIPE – OMNIA TUA SUNT“ und darüber sieht man den

auferstandenen Jesus, links kniend den heiligen Ignatius, die Ordensregeln zu seinen Füßen, rechts den heiligen Thomas von Aquin, der Jesus – vielleicht nicht ohne Stolz – seine Summa Theologica präsentiert. Ich dachte: Die Summa Theologica ist das Werk seines Geistes, seines Verstandes, seines Gedächtnisses, seiner Willenskraft. Und es ist, als ob Thomas dieses Werk Jesus schenken will und sagt: „Nimm hin Herr und empfang, für dich.“ Und mir fiel die Legende ein, in der es heißt, Jesus sei dem Thomas von Aquin erschienen und habe gesagt: „Du hast gut von mir geschrieben, Thomas, welche Belohnung begehrst du von mir?“ Worauf der Heilige geantwortet haben soll: „Keine andere, als dich, o Herr!“ So kam mir eine Idee, wie ich das Hingabegebet beten kann.

Ich setze mich vor dieses Mosaik in unserer Hauskapelle und warte, was sich anbietet, was in meinem Kopf ist, in meinem Gedächtnis, in meinem Verstand, in meinem Willen:

- Manchmal ist es Freude über die Früchte meiner Arbeit: eine gelungene Vorlesung, wo der Funke übersprang, wo die Studierenden über ein Beispiel gelacht haben; ein inspirativer Vorschlag für unser Kommunitätsleben, eine Idee für eine Predigt. Und ich biete es in meiner Vorstellung dem Herrn an und sage: „Nimm, Herr, und empfang!“
- Manchmal sind es Ängste, die mich plagen, eine Krankheit, eine Not, und wieder halte ich sie dem Herrn hin und sage: „Nimm hin, Herr, und empfang!“

- Manchmal sind es Wünsche und Sehnsüchte, die aufsteigen: realistische und unrealistische. Ich zeige sie dem Herrn, und manchmal lachen wir darüber. „Nimm hin, Herr, nimm sie in deine Hand!“
- Manchmal sind es Menschen, die mir lieb und teuer waren, und die gestorben sind. Ich spüre die Trauer, und in meiner Vorstellung versuche ich diese Menschen vor den Herrn zu bringen, ich versuche, sie ihm zu übergeben und zu sagen: „Nimm sie hin, Herr, und empfange sie! Ich hoffe, sie sind bei dir gut aufgehoben.“
- Manchmal drängen sich Leute ins Gebet herein, die mir im Nacken sitzen: Mitbrüder, die mir auf den Nerv gehen, oder Menschen, für die ich nichts als Verachtung aufbringen kann.

Fluchpsalmen fallen mir ein. Man mag entsetzt sein über die brutalen Verse einiger Psalmen: „O Gott, zerbrich ihnen die Zähne... sie sollen vergehen wie die Schnecke, die sich auflöst im Schleim“ (58). Mir kommt aber vor, solche Psalmen drücken treffend manchen emotionalen Zustand von mir aus, wenn ich jemanden am liebsten zur Schnecke machen oder ihm den Kragen umdrehen möchte. Und so lehren mich auch diese Psalmen, das Hingabegebet zu beten: diese Gefühle in mir wahrzunehmen, sie dem Herrn hinzuhalten und zu sagen: „Schau, das bin auch ich. Nimm hin und empfange!“

Während ich so bete, kommt mir eine Legende über den jungen Hieronymus in den Sinn, als er noch in der Wüste von Chalcis als Eremit leben wollte und in ziemliche Schwierigkeiten geriet. Am Tiefpunkt angekommen, soll ihm der Gekreuzigte erschienen sein. Hieronymus fiel sofort auf die Knie und schlug sich mit einer gewaltigen Geste an die Brust. Jesus lächelte ihn vom Kreuz aus gütig an und fragte ihn: „Hieronymus, was schenkst Du mir?“ Hieronymus war überglücklich, und wie aus der Pistole geschossen kam seine Antwort: „Alles Herr, vor allem die Einsamkeit in der Wüste, die mir so hart zusetzt.“ Der Herr dankte ihm freundlich und fragte nochmals: „Und was hast du mir noch anzubieten, Hieronymus?“ Ohne sich erst besinnen zu müssen, antwortete er: „Mein Fasten, meinen Hunger und Durst“, und er fügte hinzu, dass er vor Sonnenuntergang nichts zu sich nähme. Der Gekreuzigte drückte wiederum seinen Dank und sein Mitgefühl aus, er hatte ja selbst einige Erfahrungen mit dem Fasten in der Wüste. Doch er fragte weiter: „Was gibst Du mir noch?“ Hieronymus blieb die Antwort niemals schuldig, zuweilen wurde er sogar ein wenig redselig: seine Nachtwachen, das Psalmengebet, die Schriftlesung. Jedes Mal dankte der Gekreuzigte mit einem Lächeln, hörte aber nicht auf, seine Bitte zu wiederholen. Hieronymus brachte es fertig, immer neue Antworten zu finden: „den Zölibat, den ich, so gut ich kann, lebe; den Mangel an Bequemlichkeit an diesem öden Ort, die Hitze des Tages und die Kälte in der Nacht.“ Doch schließlich kam er ans Ende seiner Weisheit und streckte die Waffen, aufs äußerste frustriert, weil der Herr immer noch nicht zufrieden schien mit einer solch eindrucksvollen Liste

heroischer Opfer. Dann wurde es sehr still in der Klause und in der ganzen Wüste von Chalcis, als Jesus voll Liebe auf Hieronymus schaute und sagte: „Eines hast Du vergessen, Hieronymus. Gib mir Deine Sünden, damit ich sie vergebe!“

„Nimm hin, Herr, und empfange meine ganze Freiheit, mein Gedächtnis, meinen Verstand und meinen ganzen Willen, all mein Haben und Besitzen. Du hast es mir gegeben; dir, Herr, gebe ich es zurück. Alles ist dein, verfüge nach deinem ganzen Willen. Gib mir deine Liebe und Gnade, denn diese genügen mir.“



Meditation zu Text und Bild

Ich werde still, spüre meinen Atem...

Ich werde mir inne, dass ich in Gottes Gegenwart bin, in seinem liebenden Blick...

Ich bete: Nimm hin, Herr, und empfangen...

... die Früchte meiner Arbeit, meines Lebens...

... meine Mühen, Ängste, Armseligkeiten und Leiden...

... meine Schuld und Sünde...

... meine Sehnsüchte, Wünsche, Bitten...

... meine Mitmenschen, nah und fern, im Krieg und im Frieden...

... meine geliebten Verstorbenen...

Nimm hin, Herr, und empfangen. Alles ist dein.

Sume, Domine, et suscipe. Omnia tua sunt.

Bruno Niederbacher SJ

Bruno.Niederbacher(at)uibk.ac.at

Katholisch-Theologische Fakultät Innsbruck

Karl-Rahner-Platz 1, 6020 Innsbruck

Information zum Mosaik: Das Apsis-Mosaik in der Hauskapelle des Innsbrucker Jesuitenkollegs stammt von dem in Schwaz geborenen Jugendstilmaler Emanuel Raffeiner (1881–1923) und wurde 1914 von der Tiroler Glasmalerei- und Mosaikanstalt ausgeführt.

"Ignatianisch beten im Alter"

Ich bin Marianne Rottach, bald 75 Jahre alt, verheiratet. Wir haben 5 erwachsene Kinder und 6 Enkelkinder. Mein Mann Kosmas und ich konnten im vergangenen Jahr voll Dankbarkeit unsere goldene Hochzeit feiern. Wir sind gemeinsam in einer GCL-Gruppe und treffen uns einmal im Monat den ganzen Tag. Diese Zeit, die auch gemeinsames Feiern beinhaltet, ist sehr wichtig für unseren Alltag.



Meine erste Begegnung mit Ignatius und seiner Spiritualität war vor 55 Jahren. Als junge Erwachsene habe ich ohne Vorerfahrung Einzelexerzitionen erleben dürfen, die mich auf den ignatianischen Weg gelockt haben. Werkwochen (heute Grund- und Aufbaukurse), regelmäßige Exerzitionen und auch das Exerzitienseminar haben mir die ignatianische Spiritualität nahegebracht, vertieft durch eine GCL-Gruppe junger Erwachsener.

Wenn ich auf diese lange Zeit zurückschaue, empfinde ich eine große Dankbarkeit, weiß ich doch nicht, wie es mir heute ginge ohne diese Erfahrungen.

Dass mein Mann mit mir diese Spiritualität lebt, ist ein ganz großes Geschenk. Das hilft uns auch, einander frei zu lassen, jedem, auch den erwachsenen Kindern und Enkeln, den je eigenen Weg zuzugestehen, was auch schmerzlich ist und manchmal nur im Gebet dem Herrn hingehalten werden kann, im Vertrauen auf Ihn.

Wie hat sich mein Beten verändert?

Früher war mein Beten in Zeiten eingeteilt und sehr strukturiert. Dies war auch nötig in einer großen Familie, wo der Alltag von morgens bis abends ausgefüllt war.

Rückblickend sehe ich zwei Bilder:

Einmal das des Labyrinths. Manchmal erlebte ich mich ganz in der Mitte, spürte Gottes Nähe, dann aber auch war da die Gottesferne. Da war dann die geistliche Begleitung für mich sehr wichtig.

Noch lieber mag ich das Bild von der Pilgerschaft. Bei meinen ersten Exerzitien war die Erfahrung so existenziell, dass sie mich seitdem begleitet: beim 4. Kanon des Hochgebetes die Stelle " Damit wir nicht mehr uns selber leben, sondern IHM..." In diesem Moment war alles andere unwichtig. Ich spüre, dass es mein ganzes Leben braucht, um das umzusetzen, bis zum Ende meines Weges.

Solche Erfahrungen durfte ich über die vielen Jahre immer wieder machen. Sie haben mich geprägt und wachsen lassen. Die Exerzitien waren sicher ganz wichtige Weg- und Wendepunkte, auch geistliche Begleitung und das persönliche Gebet. Unsere "Lebensmittel" in der GCL sind da auch eine große Hilfe.

Ich sehe einen roten Faden in meinem geistlichen Leben, von der Anfangsbegeisterung für den geistlichen Weg, über Krisen- und Wüstenzeiten.

Mein Lebensmotto "Du bist geliebt, wenn Du was leistest" prägte auch meine Beziehung zu Gott. Es war ein schmerzhafter Weg bis zur Erfahrung: "Ich liebe dich so wie du bist, ohne Leistung, bedingungslos."

Bewährt hat sich diese Erkenntnis, als ich vor einem Jahr zu einer Notoperation ins Krankenhaus musste. Kurz vor der Narkose war da die Gewissheit: "Ich bin in Gottes Hand geborgen." Das kann ich nicht machen, das ist Sein Geschenk.

Heute ist mein Beten einfacher geworden. In Seiner Gegenwart, mit Ihm darf ich leben. Mein geistliches Leben gehört selbstverständlich zu meinem Alltag. Ich bin dankbar um die Erfahrung Seiner Nähe.

Viele Texte und Gebete haben mich begleitet und tun es noch. So z.B. aus dem Exerzitienbuch Nr. 23, Prinzip und Fundament, die Hilfen zum Beten und das Hingabegebet des Hl. Ignatius Nr. 234.

Ein Gebet aus dem Stundenbuch begleitet mich seit längerem:

Christus, göttlicher Herr,
Dich liebt, wer nur Kraft hat zu lieben.
Unbewusst, wer Dich nicht kennt,
sehnsuchtsvoll, wer um Dich weiß.

Christus, Du bist meine Hoffnung,
mein Friede, mein Glück, all mein Leben.
Christus, Dir neigt sich mein Geist,
Christus, Dich bete ich an.

Christus, an Dir halt' ich fest,
mit der ganzen Kraft meiner Seele.
Dich Herr lieb' ich allein –
suche Dich, folge Dir nach.

Auch neue geistliche Lieder und Lieder aus dem Gotteslob sind mir immer wieder wichtig, je nach dem...

In unserem Alltag beten mein Mann und ich seit langem die Laudes oder die Vesper. Das ist uns sehr wichtig geworden. Darüber hinaus begleitet uns unsere Hochzeitslesung, Kol 3,12 – 17, und das Bild der Emmausjünger, das uns Gewissheit gibt: Er ist unser Wegbegleiter.

So schaue ich voll Dankbarkeit auf mein Leben zurück in dem Wissen: Unsere Tage zu zählen lehre uns Herr, dann gewinnen wir ein weises Herz, Ps 90,12.

Marianne Rottach, Diözesangemeinschaft Augsburg



Beten im Alter – die Hilfe des Rosenkranzgebets

In unserer Familie in Berlin gab es kein Rosenkranzgebet, in der Gemeinde wurde zu den Maiandachten der Rosenkranz gebetet. Aber für mich war er noch nicht dran.



Während der Studenten-Wallfahrt von Paris nach Chartres 1960 spürte ich selbst etwas von der gemeinschaftsbildenden Kraft dieses Gebetes.

Als ich 1962 mit 26 Jahren in das Noviziat der Jesuiten eintrat, wurde eifrig der Rosenkranz gebetet, oft gingen zwei Novizen miteinander im Garten und beteten ihn miteinander. So lernte ich dieses Gebet kennen und schätzen.

Seit meiner Versetzung 2011 als Oberer in das Jesuiten-Altenheim in Berlin Kladow gibt es auch wieder das Rosenkranzgebet in Gemeinschaft. Immer wenn ein Mitbruder gestorben ist, treffen wir uns abends drei Tage lang zum Rosenkranzgebet für den Verstorbenen. Eine gute Erfahrung des Abschiednehmens.

Wie steht Ignatius von Loyola zum Rosenkranzgebet?

In den Satzungen des Hl. Ignatius wird der Rosenkranz zweimal erwähnt:

344 4. Andere - wie es einige von den zeitlichen Koadjutoren (= die Brüder) sein könnten, die vielleicht nicht lesen können - sollen nach der Messe ihre Stunde haben, in der sie das Rosarium, den Rosenkranz unserer Herrin beten (C), ebenfalls zweimal täglich ihr Gewissen erforschen oder andere Gebete nach ihrer Andacht verrichten, wie es bei den Studenten gesagt worden ist.

345 C. Für das Rosenkranzgebet unterweise man sie, die in ihm enthaltenen Geheimnisse zu bedenken oder zu betrachten, damit sie sich mit mehr Aufmerksamkeit und Andacht in ihm üben können.

Und wenn diejenigen, die lesen können, größeren Nutzen im Rosenkranz finden als in den Tagzeiten, so ist bereits gesagt worden, dass letztere in das umgewandelt werden können, was ihnen mehr hilft.

Hieraus sehen wir, dass Ignatius, diese schon lange vor ihm bekannte Gebetsweise empfiehlt, wenn es dem einzelnen eine Hilfe für sein Beten ist.

Für Ignatius persönlich ist Maria sehr wichtig, wie wir aus dem Bericht des Pilgers wissen, und so taucht sie auch im Exerzitienbuch auf - erstlich bei der Betrachtung der Sünden. Hier ein Beispiel aus der ersten Woche der Exerzitien:

63 DAS ERSTE GESPRÄCH zu unserer Herrin, damit sie mir von ihrem Sohn und Herrn Gnade für drei Dinge erlange:

2 das erste: auf daß ich innere Erkenntnis meiner Sünden und Abscheu von ihnen verspüre;

3 das zweite: auf daß ich die Unordnung meiner Betätigungen verspüre, damit ich verabscheuend mich bessere und mich ordne;

4 das dritte: Erkenntnis der Welt erbitten, damit ich verabscheuend die weltlichen und eitlen Dinge von mir absondere. Und hierauf ein *Ave Maria*.

In gewisser Weise kehren in den Exerzitien die Geheimnisse des Rosenkranzes in den Wochen der Exerzitien wieder – die Geheimnisse der Kindheit, der Passion und der Auferstehung.

Da es in den Exerzitien um die Nachfolge Christi geht, hat allerdings das Leben Jesu mit seinen Jüngern hier einen größeren Raum.

2017 erzählt P. Stefan Kessler SJ auf der Homepage der Jesuiten von einem Besuch mit Schülern in Albanien: *Im ärmsten Land Europas unterstützten wir die Aufbauarbeit der dortigen Jesuiten nach Jahrzehnten der Diktatur und Unterdrückung jeglicher Religiosität. Selbst Beten wurde im Land der Skipetaren mit Gefängnis und Deportation der Familie bestraft. Jetzt versammelten sich jeden Sonntag in Bizë Menschen auf einem Platz im Schatten der Bäume.*

In einer orientalisch anmutenden monotonen Sprechmelodie sangen sie die Gebete des Rosenkranzes. Spürbar war das eine ernste und wichtige Angelegenheit.

Mit dem 34-jährigen Zef kam ich darüber ins Gespräch: "Diese zehn Finger" - er zeigte mir seine abgearbeiteten Hände - "und die Erinnerung an die Geheimnisse (Menschwerdung, Leiden und Verherrlichung Jesu) haben uns Christen bleiben lassen, ohne Bibel und Sakramente. Nur der Rosenkranz ließ uns am Glauben festhalten."

"Nur mit dem Rosenkranz ...", dieser Satz hat sich mir eingeprägt und meinen Glauben in Frage gestellt. Im Gespräch mit Zef konnte ich erahnen, was es bedeutet, in einem Land, in dem es keine Menschenrechte mehr gab, insgeheim immer wieder betend vom Menschen zu bekennen: "Du bist voll der Gnade, der Herr ist mit dir". Mir wurde bewusst, wie revolutionär dieses Gebet dort sein kann, wo Menschenwürde dem Konsum

oder dem Kollektiv geopfert wird: "Du bist gebenedeit, d. h. gesegnet". Die betende Wiederholung der Berufung Mariens als Modell eines für den Anruf Gottes offenen Menschen und die meditative Betrachtung des Lebens Jesu offenbaren ein Menschenbild, das für Gott offen ist.

„Warum schätze ich das Rosenkranzgebet, das ich besonders in meinem Alter täglich bete?“

Maria ist für mich die große Beterin, die sich ganz auf Gott ausgerichtet hat, sich seinem Wirken geöffnet hat und so das Wort Gottes, Jesus, in sich durch den Hl. Geist empfängt.



„Mir geschehe nach deinem Wort“ – und „Maria bewahrte die Worte in Ihrem Herzen.“

In drei großen Kreisen durchschreitet der Beter das ganze Leben Jesu:

- fünf Geheimnisse der Kindheit Jesu (der freudreiche Rosenkranz)
- fünf Geheimnisse der Passion Jesu (der schmerzhaft Rosenkranz)
- fünf Geheimnisse der Auferstehung Jesu (der glorreiche Rosenkranz).

Freude, Schmerz, Verherrlichung – in diesen Gefühlen nähere ich mich der Person unseres Herrn an, lasse mich hineinnehmen und so tiefer in seine Gegenwart führen. Neben den drei bekannten Geheimnissen gibt es noch den lichtreichen Rosenkranz mit Geheimnissen aus dem Leben Jesu, eingeführt durch Papst Joh. Paul II.

Für mein persönliches Gebet habe ich noch weitere Möglichkeiten im Rosenkranz entdeckt:

1. die **Seligpreisungen** (der die Armen liebte, der die Barmherzigen seligpreis, der die Friedensstifter seligpreis und die Trauernden und die um Ihres Glaubens willen verfolgten, so fließen die Erfahrungen des Alltags mit hinein.)
2. **die Sakramente**, so wie ich sie empfangen habe. (Jesus, auf dessen Namen ich getauft bin, Jesus, durch den ich in der Firmung seinen Geist erhalten habe, Jesus, der mir im Sakrament der Beichte immer wieder seine Versöhnung anbietet, Jesus, durch dessen Leib ich in der Eucharistie gestärkt werde und seinen Leib der Kirche erfahre. Jesus, der mich durch die Priesterweihe noch mehr in seine Nachfolge gerufen hat.)

Diese Dinge sind wichtig für das Gebet: die Offenheit für das Wirken des Hl. Geistes, die Treue, der Eifer, die Geduld. Zu all dem ist der Rosenkranz, das Gleiten von Perle zu Perle zwischen den Fingern, eine wertvolle Hilfe.

In einem Lied hören wir, wie Jesus selbst uns zum Gebet einlädt: *Bleibet hier und wachet mit mir, wachet und betet, wachet und betet!*

Maria – die Glaubende, die Hoffende, die Liebende – begleitet uns auf diesem Weg zu dem dreifaltigen Gott, Vater, Sohn und Hl. Geist - gebetet zu Beginn im Glaubensbekenntnis, fortgesetzt im Gebet, das Jesus selbst uns gelehrt hat, das Vater unser, entfaltet durch die jeweiligen Geheimnisse des Weges Jesu in den Perlen des Rosenkranzes.

Gundikar Hock SJ, Peter-Faber-Haus,
Am Schwemmhorn 3a, 14089 Berlin-Kladow
mail(at)ghocks.de



Die Betrachtung der Menschwerdung zum Welttag 2024

Die Betrachtung der Menschwerdung Gottes ist eine grundlegende Übung, die uns einlädt über die Barmherzigkeit Gottes tiefer nachzudenken. Sie verwandelt uns, um das, was wir sind, und das, was wir haben, ganz in den Dienst des Reiches Gottes zu stellen. Betrachten wir die Erfahrung Marias und begeben wir uns wie sie als eine Weltgemeinschaft auf unsere Reise in die Zukunft, die Gott für uns bereithält, auch ohne das Ziel zu kennen, aber erfüllt von der gleichen Hoffnung, verwurzelt in Christus.

Stellen wir uns die Dreifaltigkeit vor, wie sie auf die Erde schaut und sie voller Menschen sieht. Wir sind eingeladen, die Perspektive Gottes einzunehmen, der mit viel Mitgefühl auf die gesamte Schöpfung blickt. Wir selbst erfahren uns inmitten einer Welt, auf der es von Menschen geradezu wimmelt, die Leid und Freude, Gewalt und Mitgefühl, Armut und Solidarität, Spaltung und Einheit, Kämpfe und Hoffnungen erleben.

Im Herzen der Versammlung in Amiens wurden wir Zeugen des tiefen Leids nicht nur derer, die wir in unseren apostolischen Initiativen erreichen, eingebunden sind, sondern auch innerhalb der Versammlung selbst, die uns als GCL-Weggefährten:innen vereint. Wir durften einen Blick werfen auf das unermessliche Mitgefühl der heiligen Dreifaltigkeit, ein Mitgefühl zum Ausdruck

gebracht in der Ikone der Dreifaltigkeit der Barmherzigkeit. Innerhalb ihrer heiligen Grenzen umarmt die Dreifaltigkeit die leidende, verwundete und fast leblose Menschheit. Die Kreise umschließen die Menschheit in einem zarten Tanz miteinander und symbolisieren einen verwundeten und leidenden Planeten.



*Ikone der Dreifaltigkeit der Barmherzigkeit.
Terrakotta-Skulptur, hergestellt von
der Dominikanerin Schwester Caritas Müller aus Cazis in der Schweiz*

Doch inmitten des Chaos gibt es auch Momente der Freude, der Einheit und des Gebets. Notunterkünfte, verwundete Seelen und mitfühlende Helfer erzählen eine Geschichte vom unerschütterlichen menschlichen Durchhaltevermögen im Angesicht überwältigender Widrigkeiten und erinnern uns an den unbeugbaren Geist, der auch unter den schwierigsten Umständen standhaft bleibt. Wir werden daran erinnert, dass Gott immer da

ist, und die Ikone stellt die trinitarische Gegenwart Gottes dar. Der Vater hält mit unendlicher Liebe die Schöpfung und die Menschheit, die in ihr wohnt. Der Sohn enthüllt die Zärtlichkeit und den Bund Gottes mit der ganzen Schöpfung, indem er sich selbst erniedrigt und mit einem Herzen voller Hoffnung der Menschheit dient. Der Geist entfacht die Liebe Gottes in die Schöpfung und enthüllt die Verheißung des Reiches Gottes, das verborgen und doch auf geheimnisvolle Weise bereits gegenwärtig ist.

Wie erhellt die Betrachtung der Menschwerdung

- mein tägliches Leben?
- unsere nationale Gemeinschaft?
- unsere apostolischen Initiativen?

Die Menschwerdung: Der Fokus auf Maria

Wir laden Euch ein, Euch mit dem mitfühlenden Blick Gottes auf die göttliche Offenbarung einzulassen, wie der Engel Gabriel die junge Maria in Nazareth besucht. Stellt Euch vor, was sie in einer bescheidenen Behausung in Nazareth getan haben könnte, als sie die unerwartete Nachricht erhält, dass sie Jesus empfangen wird. Spürt Ihr die Mischung aus Emotionen und Fragen, die sie durchleben mag? Was sagt man schließlich zu einem Engel? Während der Engel sie beruhigt, stellt Euch den

Tonfall ihres Austauschs vor. Taucht ein in Marias Herz und Verstand, als sie den Mut findet zu fragen: „Wie soll das geschehen?“ Werdet Zeug:innen ihrer Wandlung aus der Unsicherheit zum Glauben, indem sie sagt: „Ich bin die Magd des Herrn, mir geschehe, wie du es gesagt hast.“ Erlebe die Tiefe der Verbundenheit Marias mit Gottes unendlichem Mitgefühl und seiner Hoffnung, wenn der Herr Jesus durch ihr "Ja" in unsere Welt kommt.

Maria hat Ja gesagt, und ihr Auftrag hat sie nicht daran gehindert, auf die Bedürfnisse von Elisabeth einzugehen. Inwieweit lebe ich, leben wir als GCL meine bzw. unsere Sendung in der Offenheit, auf die Bedürfnisse der Schöpfung und der Mitmenschen zu antworten?

Hoffnung, die in Christus verankert ist – mit Marias Hoffnung unterwegs

Uns in der Hoffnung auf Christus zu verankern, wie Maria es getan hat, ist tiefgreifend und verändert uns. Maria lebte ihr ganzes Leben in Treue zu diesem ersten "Ja" und erlebte, dass Gott sich unserer Ohnmacht bedient, um Großes zu vollbringen.

"Die Bewegung von der Macht durch Stärke zur Macht durch Ohnmacht ist unsere Berufung... Es ist diese göttliche Kraft, die

uns immer und überall die gute Nachricht verkünden lässt, die aus uns Heilige macht – ohne Angst –, die alles neu machen können." Die gleiche Dynamik haben wir auch bei der Generalversammlung in Amiens erlebt. Wir spürten die Zerbrechlichkeit der Schöpfung und den Schmerz der Natur und so vieler Menschen in der Welt und in der Kirche. Zugleich waren wir Zeug:innen, dass der menschliche Geist, erfüllt von der in Christus verankerten Hoffnung, fortdauernd Hoffnung schenkt. Diese Hoffnung hilft uns, Christus gegenwärtig und am Werk zu sehen, selbst inmitten der Herausforderungen, denen wir in den Bereichen unseres Engagements und in unserem Leben begegnen. Dennoch hoffen und vertrauen wir weiterhin darauf, dass die Saat der Besserung und Heilung durch Christus eines Tages Wurzeln schlagen können. Wir haben in Amiens die Hoffnung gespürt, angesichts der Herausforderungen, denen wir uns stellen wollen, mit Hilfe des Schlussdokuments, eines lebendigen Dokuments, auf neuen Wegen weitergehen zu können, da es die neuen Ideen und den Geist des Welttreffens für die kommenden Jahre vermittelt.

"Maria machte sich bereit und eilte in eine Stadt im Bergland von Judäa, wo sie das Haus des Zacharias betrat und Elisabeth begrüßte. (...) Elisabeth wurde mit dem Heiligen Geist erfüllt. Mit lauter Stimme rief sie aus: Gesegnet bist du unter den Frauen, und gesegnet ist das Kind, das du gebären wirst!" (Lk. 1, 39-42)

Maria hatte gerade "Ja!" zum Herrn gesagt. Ein Ja, das ihr ganzes Leben der Führung Gottes prägt. Wie mag sie sich in ihrer Sendung fühlen? Wie interpretiert sie den Besuch des Engels? Was bewegt sie, sich eilends auf den Weg zu Elisabeth zu machen? Möglicherweise können wir in dieser Eile ihr Bedürfnis entdecken, eine Bestätigung für die Verheißung des Engels zu bekommen. Wir spüren, dass sie, bewegt durch den Geist, der uns Freiheit und Kreativität schenkt, aus freien Stücken eine für eine alleinstehende und mit einem Mann verlobte Frau gefährliche Entscheidung trifft.

Sie will ihrer Cousine helfen und deutet das, was mit Elisabeth geschieht, als Handeln Gottes. Maria will sie unterstützen, und zugleich braucht sie es, willkommen geheißen, angenommen und unterstützt zu werden, angesichts des Geheimnisses der Sendung, die Gott ihr anvertraut hat. Die Cousinen grüßen einander, und in dieser alltäglichen Begegnung, in dieser Beziehung voller Güte, des Respekts und der gegenseitigen Hilfe wird die Bestätigung des Geheimnisses der Sendung Marias, ihres Glaubens an den Gott des Lebens, offenbar.

Die Beziehung zwischen Maria und Elisabeth ermöglicht es, die eigene Sendung zu erkennen und sich gegenseitig darin zu begleiten. Was müssen wir in unseren Gemeinschaften beibehalten oder verändern, um unsere Antworten auf den Ruf des Herrn zu unterscheiden, uns gegenseitig zu unterstützen und gemeinsam auszuwerten?

Und Maria sagte: "Meine Seele preist die Größe des Herrn, und mein Geist jubelt über Gott, meinen Retter. (...) Seine Barmherzigkeit gilt denen, die ihn fürchten, von Geschlecht zu Geschlecht. (...)" (Lk 1, 46-55)

Maria fühlt sich verstanden. Eine andere Person bestätigt ihr, was sie lebt, ermutigt sie und versichert ihr, dass sie recht getan hat. Aus Marias Herz entspringt das Magnificat, ein Lied, das ausdrückt, was sie bislang in ihrem Herzen bewahrt hatte: die tiefe Wahrheit und Hoffnung, die ihrem Leben Sinn und Orientierung gibt. Der Gott ihres Volkes hat sie, ein armes Mädchen, auserwählt und wird erstaunliche Dinge tun. Maria erfährt, dass ihr Leben und ihre Sendung im Plan des Gottes Abrahams, Isaaks und Jakobs liegen. Gott ist immer treu und barmherzig, er leitet und belebt die ganze Schöpfung. Ihr Leben und ihre Sendung sind Teil des Plans Gottes: eine Welt, in der die Schwachen, die Armen und die Kleinen wertvoll sind und in der die Menschen ein friedliches, gerechtes und geistliches Leben auf einem gesunden Planeten genießen können. Jede:r von uns hat ein inneres Lied, das diese Glaubens- und Hoffnungserfahrung ausdrückt, die in unseren kleinen Gemeinschaften genährt und geteilt wird.

Wie klingt der Gesang Marias in mir und im Leben meiner Gemeinschaft (lokal, national, regional, weltweit)? Welche Dissonanzen entdecke ich zwischen dem Magnificat und meinen bzw. unseren Liedern der Hoffnung?

Maria hat Jesus sein ganzes Leben lang begleitet, sogar am Kreuz

Maria gebar Jesus und begleitete ihn sein ganzes Leben lang, wobei sie alles Erlebte in ihrem Herzen bewahrte. Das Bild von Maria unter dem Kreuz in dem Moment, in dem sie von ihrem Sohn getrennt wurde und ihre Hand auf ihr Herz legte, muss sowohl Schmerz als auch Ohnmacht zum Ausdruck gebracht haben. Wahrscheinlich trug sie von der Menschwerdung bis zur Auferstehung viele unbeantwortete Fragen in ihrem Herzen, bis zu dem Tag, an dem ihr letztlich Verstehen und Hoffnung geschenkt wurden.

Stellt Euch vor, Ihr steht mit Maria unter dem Kreuz. Auch Ihr wollt Christus nachfolgen als Menschen, der/die den Ruf des Herrn erfahren hat. Ihr habt Ja gesagt und versucht, mit Unterstützung und Begleitung der GCL in kreativer Treue Eure Berufung zu leben. Auch wenn es keine Hoffnung zu geben scheint, ruft uns der Herr, und wir sind eingeladen, IHM in Hoffnung zu folgen.

Wenn ich mit Maria vor Christus am Kreuz stehe, frage ich mich im Blick auf ihn, der für Schöpfung und Menschheit leidet:

- Was habe ich für Christus getan? / Was hat die GCL für Christus getan?
- Was tue ich für Christus / Was tut die GCL für Christus?
- Was soll ich für Christus tun? / Was sollte die GCL für Christus tun?

Der Weltvorstand der GCL: Inji Fayez – Cecilia MARTÍNEZ – Catherine WAIYAKI – Chris MICALLEF – Daphne HO – Catherine KELLY - Franklin IBÁÑEZ – Manuel MARTÍNEZ – José DE PABLO S.J.

Rom, am 1. Dezember 2023

Übersetzung ins Deutsche: Annelies Stengele (Schweiz) und Daniela Frank (Deutschland)

Angebot geistlicher Begleitung für Alte und Kranke

ROSWITHA COOPER aus Kaufbeuren

Frau Cooper ist GCL-Mitglied und hat die Ausbildung zur geistlichen Begleitung absolviert. Von 1991 bis 1999 war sie Generalsekretärin der GCL-Weltgemeinschaft in Rom.



INGEBORG v. GRAFENSTEIN aus Augsburg

Frau Grafenstein ist seit langen Jahren in der GCL engagiert. Sie erlebte die Erneuerung der MC zur GCL als Jugenddelegierte beim Welttreffen 1967 mit. Lange arbeitete sie als Referentin mit Schwerpunkt geistliche Begleitung bei der GCL.



RUTH HELFRICH aus Schernfeld

Frau Helfrich ist verheiratet und hat 3 erwachsene Kinder. Von Beruf ist sie Krankenschwester mit Zusatzausbildung Gerontopsychiatrie. Sie ist seit langem ehrenamtlich in der GCL als Exerzitienbegleiterin und geistliche Begleiterin tätig.



**Kontakt - auch zu den Autoren - jeweils über die Redaktion:
[region.nord\(at\)gcl.de](mailto:region.nord(at)gcl.de)**

Der Engel des Herrn
brachte Maria die Botschaft.
- Und sie empfing vom Heiligen Geist.
Gegrüßet seist du, Maria ...

Maria sprach:
Siehe, ich bin die Magd des Herrn.
- Mir geschehe nach deinem Wort.
Gegrüßet seist du, Maria ...

Und das Wort ist Fleisch geworden.
- Und hat unter uns gewohnt.
Gegrüßet seist du, Maria ...

Bitte für uns, heilige Gottesmutter.
Dass wir würdig werden
der Verheißungen Christi.

Wir beten

- um Frieden und Versöhnung in Israel und Palästina
- um Frieden und Versöhnung in der Ukraine und Rußland
- um Frieden und Versöhnung in Afrika
- um Frieden in unseren Herzen
- um ein Einstimmen aller, die sich auf Christus berufen, in den Osterjubel: Christus ist auferstanden – er ist wahrhaft auferstanden. Halleluja

Kontaktbrief der Vernetzungsinitiative Lebensherbst
Verantwortlich: Gemeinschaft Christlichen Lebens
GCL-Regionalstelle Nord, Lohstraße 42, 49074 Osnabrück
Tel. 0541 33544-30, E-Mail: region.nord(at)gcl.de
und Marianische Congregation (MC) für Kranke
Koordination: Ingrid Bose, Am Riedenbach 15, 49082 Osnabrück
Tel. 0541 29839, E-Mail: ingrid.bose(at)gcl.de
Layout: Claudia Jasper, GCL-Regionalstelle Nord
Spendenkonto: GCL Nord, IBAN: DE91 2655 0105 1503 0150 08, Spk. Osnabrück
Fotos: pixabay.com; privat; SJ-Bild