

Die Schriftbetrachtung

nach dem
Hl. Ignatius von Loyola



Vorbemerkung:

- Innerhalb der Exerzitien ging Ignatius von einer Stunde pro Betrachtung aus.
- Für seine Ordensgemeinschaft, die Gesellschaft Jesu ("Jesuiten"), schrieb Ignatius ursprünglich pro Tag eine halbe Stunde Betrachtungszeit vor, diese wurde vom dritten General der Jesuiten dann aber ebenfalls auf eine volle Stunde erhöht.

Vorbereitung:

Die **Betrachtung** wird **am Tag vorher vorbereitet**: [*Wenn die Betrachtung am Morgen des Tages erfolgt - ansonsten ist diese Vorbereitung zeitlich analog anzuwenden.*]

1. Der **Text** wird **ausgewählt** und **gelesen**.
2. Es werden - *immer schriftlich* - "**Punkte**" erstellt, welche den Text zusammenfassen und am nächsten Tag als Betrachtungspunkte dienen, **anhand denen** man betrachtet.
 - Den Zettel mit den Punkten hat man beim Betrachten vor sich liegen.
 - Der Schrifttext selbst kann zu Beginn der Betrachtung noch einmal ganz gelesen werden, sollte **dann aber weggelegt** werden.
 - Die Betrachtung soll nämlich **kein dauerndes am Text-Hängen** sein, sondern in das **Zwiesgespräch mit den Herrn** einmünden.

Ein Beispiel von Ignatius selbst für solche "**Punkte**" anhand von Lk 7,36-50:

[Die Bekehrung der Magdalena]

- *"ERSTENS: Magdalena tritt ein, wo Christus, Unser Herr, im Hause des Pharisäers zu Tische saß; sie trug ein Alabastergefäß voll Öl.*
- *ZWEITENS: Sie stand hinter dem Herrn zu Seinen Füßen und begann sie mit Tränen zu benetzen und mit den Haaren ihres Hauptes zu trocknen, und sie küsste Seine Füße und salbte sie mit Öl.*
- *DRITTENS: Da der Pharisäer Magdalena beschuldigte, spricht Christus zu ihrer Verteidigung die Worte: Ihr werden viele Sünden vergeben, weil sie viel geliebt hat. Und Er sprach zu dem Weibe: Dein Glaube hat dir geholfen, geh hin im Frieden."*

3. Ignatius schreibt:

"Nach dem Zu-Bett-Gehen, da ich einschlafen möchte, während der Dauer eines Ave Maria überlegen, wann und zu welchem Zweck ich aufzustehen gedenke, und dabei die Übung, die ich zu halten habe, kurz durchgehen."

→ also **unmittelbar vor dem Einschlafen** noch eine **kurze (!) Besinnung** auf die Schriftbetrachtung am nächsten Morgen.

Unmittelbar vor der Schriftbetrachtung selbst:

1. "Sich in die Gegenwart Gottes versetzen"

Ignatius schreibt:

"Einen Schritt oder zwei vor dem Ort, an dem ich die Betrachtung oder Besinnung zu halten beabsichtige, werde ich mich auf die Zeit eines Vater Unser hinstellen und, den Geist noch oben gerichtet, erwägen, wie Gott, Unser Herr, mich anschaut usw., und mich innerlich vor Ihm verneigen oder demütigen."

→ wiederum: ein **kurzer** Vorgang.

2. "Das Vorbereitungsgebet"

Ignatius schreibt:

*"Das Vorbereitungsgebet ist: von Gott, Unserem Herrn, die Gnade erbitten dazu hin, dass **alle meine Absichten, Handlungen und Beschäftigungen rein im Dienst und in der Verherrlichung Seiner Göttlichen Majestät geordnet seien.**"*

3. "Die Zurichtung des Schauplatzes"

Man stellt sich die äußerlichen Begebenheiten des Textes *bildlich* und *sinnlich* vor.

Ignatius schreibt:

- *"Hier ist zu bemerken, daß bei der Betrachtung oder bei der Besinnung über einen sichtbaren Gegenstand, wie etwa beim Anschauen Christi, Unseres Herrn, welcher anschaulich ist, die Zurichtung darin bestehen wird, mit der Schau der Einbildung den leiblichen Ort zu sehen, an dem sich die zu betrachtende Sache befindet. Leiblichen Ort nenne ich zum Beispiel einen Tempel oder einen Berg, auf dem Jesus Christus oder Unsere Herrin sich befinden, je nachdem, was ich betrachten will."*
- *"Betrachtet man über Unanschauliches, wie über die Sünden, so besteht die Zurichtung darin, mit der Schau der Einbildung zu sehen und zu betrachten, wie meine Seele eingekerkert ist in diesem verweslichen Leibe, und der ganze Mensch in diesem Erdental wie verbannt unter unvernünftige Tiere, ich meine den ganzen Menschen, wie er zusammengesetzt ist aus Seele und Leib."*

4. "Die konkrete Bitte"

Ignatius schreibt:

"Erbitten von Gott, Unserem Herrn, was ich begehre und ersehne. Die Bitte hat sich nach dem vorliegenden Stoff zu richten. Handelt also die Betrachtung von der Auferstehung, ist Freude mit dem sich freuenden Christus zu erbitten; handelt sie vom Leiden, ist Leiden, Tränen und Folter mit dem gequälten Christus zu erbitten. In der vorliegenden Betrachtung wird Beschämung und Verwirrung über mich selbst zu erbitten sein, angesichts dessen, wie viele um einer einzigen Todsünde willen verdammt sind, und wie oft ich es verdient hätte, für immer verdammt zu werden ob meiner so vielen Sünden."

→ diese Bitte richtet sich also **immer nach dem Betrachtungstext**.

Anmerkung:

Ignatius schreibt: *"Vor allen Betrachtungen ist stets das **Vorbereitungsgebet** [Nr. 2] zu verrichten, **das nie geändert wird**, und die erwähnten **beiden Einstellungen** [Nr. 3 u. 4], die sich zuweilen **nach dem vorliegenden Stoff abwandeln.**"*

Die Schriftbetrachtung an sich:

5. Sodann erfolgt die Betrachtung anhand der "**Punkte**".
6. *Während der einzelnen Punkte* soll sich ein "**persönliches Gespräch mit Christus**" entwickeln.

Ignatius schreibt:

"Das Gespräch wird mit richtigen Worten gehalten, so wie ein Freund mit seinem Freunde spricht oder ein Knecht zu seinem Herrn, bald um eine Gnade bittend, bald sich wegen eines begangenen Fehlers anklagend, bald seine Anliegen mitteilend und dafür Rat erbittend."

Ignatius schreibt:

"Bei jedem Punkt, bei dem ich finde, was ich begehre, werde ich, ohne ängstliche Sorge weitergehen zu müssen [nämlich: zum nächsten vorbereiteten Punkt], ruhig verweilen, bis ich mir genug getan habe."

- **Ziel einer jeden Schriftbetrachtung** ist es - über den *Text*, welcher *nur* als *Vehikel* dienen soll - **mit dem Herrn ins persönliche Gespräch zu kommen** ("Inneres Gebet"). Im Optimalfall nimmt letzteres sogar den **Großteil der Schriftbetrachtung** ein.
[Bei Ungeübten und "Anfängern" wird dies jedoch längere Zeit genau umgekehrt sein.]
- In Bezug auf obiges Zitat: wenn man also schon beim ersten Betrachtungspunkt in ein so langes Gespräch mit dem Herrn findet, dass die Betrachtungszeit voll ausgefüllt werden könnte, dann soll man hier **keinesfalls vorher abbrechen**, nur um auch noch die anderen Punkte zu schaffen ...

7. Die **Betrachtung schließt ab** mit dem **Vater Unser**.
8. **Wo** ist die Betrachtung zu halten?

Ignatius schreibt:

"Die Betrachtung selbst auf Knien beginnen oder hingestreckt auf die Erde oder liegend mit dem Blick nach oben, oder sitzend oder stehend, immer von der Absicht geleitet, das zu suchen, was ich begehre."

→ Man suche sich also **jene Haltung des Körpers, mit welcher man am besten betrachten kann**.

Nach der Schriftbetrachtung:

9. "**Die Reflexion**" *nach* Abschluss der Betrachtungszeit.

Ignatius schreibt:

"Nach Abschluss der Übung werde ich, sei es sitzend, sei es auf-und-abgehend, nachsehen, wie es mir in der Betrachtung oder Besinnung ergangen ist; wenn schlecht, so werde ich nach der Ursache sehen, aus der es kam, und habe ich sie gefunden, bereuen, um mich künftig zu bessern; wenn gut, Gott, Unserem Herrn, Dank sagen und es ein andermal ebenso machen."

→ hier geht es also nicht um "geistige Trockenheit" o. ä., sondern darum, nachzuforschen, ob die Betrachtung deswegen nicht besonders war, weil ich schlecht vorbereitet, unaufmerksam, lau, übermüdet, zerstreut, usw. gewesen bin.