



Ignatianische Gebete 9: Du Leben meines Lebens von Willi Lambert

Du Leben meines Lebens

Wie gut,

in Deinen Augen kostbar zu sein
und in Dir, dem Leben meines Lebens, leben zu dürfen ...

Wie gut,

innezuhalten und da zu sein
und in Deiner Gegenwart zu verweilen ...

Wie gut,

dass Du uns „Leben und Atem und alles“ gibst
und wir staunend und dankend leben können ...

Wie gut,

mit all meinen Grenzen von Dir umfassen zu sein
und bittend mich von meiner Sehnsucht leiten zu lassen ...

Wie gut,

offenen Auges meine Wirklichkeit zu sehen,
sie von Dir anschauen zu lassen
und wahr und frei zu werden ...

Wie gut,

so wie ich bin, von Dir angenommen zu werden
und versöhnt neue Lebensmöglichkeiten zu entdecken ...

Wie gut,

immer neu meinen Alltag liebend gestalten zu dürfen
und Dich in allem und alles in Dir zu suchen und zu finden ...

Amen.

Willi Lambert SJ

Dieses Gebet von Willi Lambert spricht viele ignatianische Haltungen an, wie zum Beispiel Dankbarkeit, Ehrfurcht, Gott in allem suchen und finden, Sehnsucht, Erkenntnis, Liebe oder der Wille Gottes. Sie sind die Quelle alles Guten.

Das Gebet hat sieben Strophen, die jeweils mit „Wie gut“ beginnen. So tastet sich das Gebet in die Gegenwart Gottes hinein und es ist ein zuversichtliches Tasten. „Wie gut“ das sind die Worte gegenüber Gott und es sind die Worte Gottes gegenüber dem Betenden.

Vielleicht magst du Willi Lamberts Gebet für dich weiterdenken oder weiterschreiben:

Wie gut ...

Psalm 73,28

Gott nahe zu sein, ist gut für mich, ich habe GOTT, den Herrn, zu meiner Zuflucht gemacht. Ich will erzählen von all seinen Taten.

Worte von Philipp Jeningen

„Mit unerschütterlichem Glauben will ich auf Gott bauen und vertrauen. Mit Gottes Hilfe werde ich alles im einzelnen voll Güte anordnen, die Ausführung selbst Gott empfehlen.“

Gute Vorsätze gehören zur Fastenzeit. Wir üben frei zu sein von Abhängigkeiten und schlechten Routinen, um Gott näher zu kommen und zu besseren Menschen zu werden. Jeder Christ sollte diese Zeit nutzen!

Zu den bedeutendsten Hinterlassenschaften des heiligen Ignatius zählt sein Exerzitienbuch. Das ist die Trainingsanleitung schlechthin für alle, die ihr Leben neu ausrichten wollen. Folgende vier Schritte helfen dabei:

Frage 1: Welches Ziel lohnt den Einsatz eines Lebens?

In seinem Exerzitienbuch entwirft er ein Training, das vier Wochen dauert und in dem der Gläubige sein ganzes Leben reflektieren soll. Hier beantwortet Ignatius auch, was der Sinn des menschlichen Lebens ist: „Der Mensch ist geschaffen dazu hin, Gott Unseren Herrn zu loben, Ihn zu verehren und Ihm zu dienen, und so seine Seele zu retten.“ Moderner gesprochen: Jeder Mensch soll am Aufbau des Reiches Gottes mitwirken. Das ist seine Bestimmung. Das ist das Ziel, das jedes Training verdient hat – mehr als Sportfigur und Waschbrettbauch. Am Anfang des Trainings steht diese Einsicht. Man soll sich vergewissern, wofür man sich anstrengt und abmüht. Das steht ja auch am Beginn jeden sportlichen Trainings – so auch in der spirituellen Version.

Frage 2: Wie kommt man zum Ziel?

Ignatius hat unterschiedliche Regeln aufgestellt, mit denen der Mensch das erkennen kann. Er geht immer davon aus, dass sich niemand für einen Lebensentwurf frei entscheiden kann: Letztlich ist der Mensch von Gott berufen, er kann diese Berufung für sich „wählen“. Er kann entscheiden, ihr zu folgen. Dieser Weg ist nicht leicht. Welche Trainingseinheiten bieten sich an? Ignatius hat unterschiedliche Tipps gegeben:

Das Leben reflektieren

Zum einen ruft der heilige Ignatius den Menschen auf, sein Leben immer wieder zu reflektieren. Er selbst soll sogar einmal pro Stunde seine Sünden und Fehler in den Blick genommen haben. Besonders wichtig ist das am Abend: In aller Ruhe soll man zunächst Gott für das Gute danken, das man von ihm empfangen hat. Dann soll man die „Gnade erbitten, die Sünden zu erkennen“. Für diese Sünden schließlich soll man Gott um Vergebung bitten. Wer das täglich wiederholt, erkennt irgendwann seine eingefahrenen Muster, erkennt die immer wiederkehrenden Sünden und kann sich von ihnen abwenden. Schritt für Schritt kann man so das Gute wählen und das Böse verwerfen. Das ist ein erster wichtiger Schritt auf dem spirituellen Weg.

Die Geister unterscheiden

Ebenso wichtig ist die „Unterscheidung der Geister“. Gerade bei wichtigen Entscheidungen für das Leben weiß man oft keinen Rat. Welchen Weg soll man gehen? Was ist das Richtige? Ignatius ist davon überzeugt, dass die Gemütsbewegungen des Menschen hier eine große Rolle spielen können. Wenn man sich bei einem Gedanken trostlos fühlt, ist das ein Anzeichen dafür, dass es keine gute Entscheidung wäre, dem Gedanken nachzugeben. Fühlt man sich aber wohl und getröstet, spricht einiges dafür, dass der Gedanke von Gott kommt.

Das Gute für den Menschen ist der Weg zu Gott – davon ist Ignatius überzeugt. Wir sollen immer fragen, was Gott will, immer fragen, wie man diesen Willen erreichen kann und dann danach handeln.

(Benedikt Bögle: <https://bistum-regensburg.de/termine/details/heiliger-ignatius-das-schwarzwaelderkirsch-problem-und-der-weg-zum-guten>)

TERMINE der action spurensuche

Mittwoch, **19.03.2025**, 19 Uhr: Abendgebet in der Liebfrauenkapelle

Samstag, **12.04.2025**, Fest der Versöhnung

PROFIL erscheint monatlich und will zu einer Zeit der Stille und Meditation einladen. PROFIL Ausgabe 217 wurde von Irmgard Nagl erstellt. Aktuelle Informationen auf www.action-spurensuche.de.

action spurensuche, c/o Kath. Pfarramt St. Vitus, Priestergasse 11, 73479 Ellwangen, Tel. 07961/924950, E-Mail: stvitus.ellwangen@drs.de

Wer die action spurensuche finanziell unterstützen will: Pfarramt St. Vitus „action spurensuche“, KSK Ostalb IBAN: DE62 6145 0050 0110 6011 79