

weniger

*macht
mehr*

*St. Ignatius
November 2019*

Inhalt

Editorial	3
Dinge lieben?	4
LESS IS MORE <i>oder der Mehrwert einer reizreduzierten Ästhetik des Minimalen</i>	6
...for future – <i>doch wie sieht diese Zukunft aus?</i>	8
Mehr an Kreativität!	10
„Nimm, was dein ist, und geh’ hin“	12
Weniger ist mehr – auch beim Beten?	14
Wenn das Leben weniger wird	16
Sich neu finden – <i>Gedanken zu den kirchlichen Umbrüchen</i>	17
Fastenzeit – <i>eine zeitlose Herausforderung</i>	19
Entschleunigen Hunde das Leben?	21
Themenmonat November 2019 „ <i>weniger macht mehr</i> “	22
Regelmäßige Gottesdienste in St. Ignatius	23

Impressum November 2019

Herausgeber: Jesuitenkirche St. Ignatius · P. Bernd Günther SJ (verantwortl.)

Redaktion und Konzept: Waltraud Lechner-Rau, Fabian Loudwin SJ, Annemarie Ludwig-Scherer, Margarete Peters, Alexandra Sauer, Klaus Schilling

Kirche: Gärtnerweg 60 · Gemeindebüro: Elsheimerstr. 9 · 60322 Frankfurt am Main

Telefon 069 719114 71 · Fax 069 719114 70

E-Mail: gemeinde@ignatius.de · www.ignatius.de

Konto: Dompfarrei Kirchort St. Ignatius · Ev. Bank, IBAN: DE42 5206 0410 0004 1140 86

Die Jesuitenkirche ist Teil der Dompfarrei Sankt Bartholomäus, Frankfurt

Layout und Druckvorlage: Albert Wiedenmann · gdfstudio@t-online.de (pro bono)

Bildnachweis: Umschlag: Church of light von Tadao Ando, Japan, evergreenplant/stock.adobe.com; S.3: SJ-Bild/Ender; S.4-5: Sauer; S. 6-7: Wikimedia common; S. 8-9: pixabay Gerd Altmann; S. 10-11: SJ-Bild Recktenwald; S. 12-13: Hannes Mallaun/stock.adobe.de ; S.14 pixabay, Rainer Maiores; S. 16: mickyso; S. 18: pixabay, Hans Braxmeier; S. 20: pixabay, Kimkin; S. 21: Lechner-Rau

Liebe Leserinnen und Leser,
„weniger macht mehr“



Der November steht in der Gemeinde St. Ignatius unter dieser Überschrift. Der Themenmonat schaut unter ganz verschiedenen Aspekten auf das Spannungsverhältnis von Verzicht und Fülle, von Überfluss und Mangel, von Loslassen und Reich-Beschenkt-Sein.

Es ist eine allgemeine Erfahrung, dass oft nicht die Quantität entscheidend ist sondern die Qualität. Nicht das was wir haben, was wir können, was gut aussieht, ist letztlich das Entscheidende. Es kommt mehr darauf an, wer ich bin, was mich prägt, was die innere Schönheit ausmacht. Das Wesentliche soll in den Blick kommen. Es ist in der Regel viel tiefgehender und aussagekräftiger als die Vielfalt der äußeren Dinge, die es umrunden.

Das gilt auch für die Auseinandersetzung mit der eigenen Religiosität und dem Glauben. Die persönliche Suche nach und das eigene Vertrauen auf Gott sind tröstend und ehrlich. Es muss nicht viel Aufhebens darum gemacht werden. Denn dies hat bereits eine eigene Wirksamkeit und Dynamik, die ausstrahlt. Die Botschaft Jesu will gelebt sein und wird dadurch verkündet.

Aus der Fülle der möglichen Themen haben wir einige hier in diesem Heft aufgegriffen, andere in den Predigten und Veranstaltungen im Laufe des Monats November.

Mit diesem Gemeindebrief darf ich Sie von Ihrer Gemeinde St. Ignatius herzlich grüßen

Ihr Bernd Günther SJ

Dinge lieben?


Von Alexandra Sauer

Vor einigen Jahren habe ich mich in der Haushaltswaren-Abteilung eines Kaufhauses verliebt – in ein mir bis dahin unbekanntes Küchengerät zum Preis von gut 10 €. Eine kugelförmig gebogene Drahtspirale an einem schlanken Edelstahl-Stab, eine Art Quirl. Ich „musste“ ihn kaufen, obwohl ich nicht wusste, wozu er zu gebrauchen war. Später ergab meine Recherche, dass er nicht nur schön aussah, sondern sich besser als jedes andere Gerät zum Rühren von Salatsaucen eignete. Seitdem hängt er gut sichtbar in meiner Küche und ich werde ihn wohl verwenden, solange ich koche – sozusagen der vollkommene Haushaltsgegenstand.

Vielleicht denken Sie nun, ich hätte beim Schreiben den Gemeindebrief mit einer Frauenzeitschrift verwechselt. Schließlich passt die Liebe zu Haushaltsgegenständen nicht zur vertrauten Vorstellung des Christentums. Gegenstände des täglichen Gebrauchs spielten bei Jesus, seinen Jüngern und den frühen Christen keine wichtige Rolle. Und aus dem Neuen Testament fallen mir nur Aussagen Jesu ein, die dazu auffordern, Dinge nicht besonders zu beachten, so z. B. in Mt 20, 19-21: „Sammelt euch nicht Schätze hier auf der Erde, wo Motte und Wurm sie zerstören und wo Diebe einbrechen und sie stehlen, sondern sammelt euch Schätze im Himmel, wo weder Motte noch Wurm sie zerstören und keine Diebe einbrechen und sie stehlen! Denn wo dein Schatz ist, da ist auch dein Herz.“

Materielles ist also vergänglich, während alles, was aus der Gottesbeziehung resultiert, Ewigkeitscharakter besitzt und daher auch der Liebe würdig ist. Denn zu Gott und anderen Menschen können wir in eine dialogische Beziehung treten – aber zu Dingen?





Gut 500 Jahre später, im frühen Mittelalter, nahm Benedikt von Nursia jedoch die Aufforderung zum sorgsamem Umgang mit den Dingen in seine Regel auf: „Den Besitz des Klosters, nämlich Werkzeug, Kleidung und alle anderen Dinge, vertraue der Abt Brüdern an, auf deren Lebensweise und Charakter er sich verlassen kann [...] Wenn einer die Sachen des Klosters verschmutzen lässt oder nachlässig behandelt, werde er getadelt.“ Benedikt schuf damals mit dem Kloster als Ort der Sesshaftigkeit einen bewussten Gegenpol zu den Wirren der Völkerwanderung. Und wer sesshaft lebte, konnte mehr Dinge aufbewahren, pflegen und verwenden.

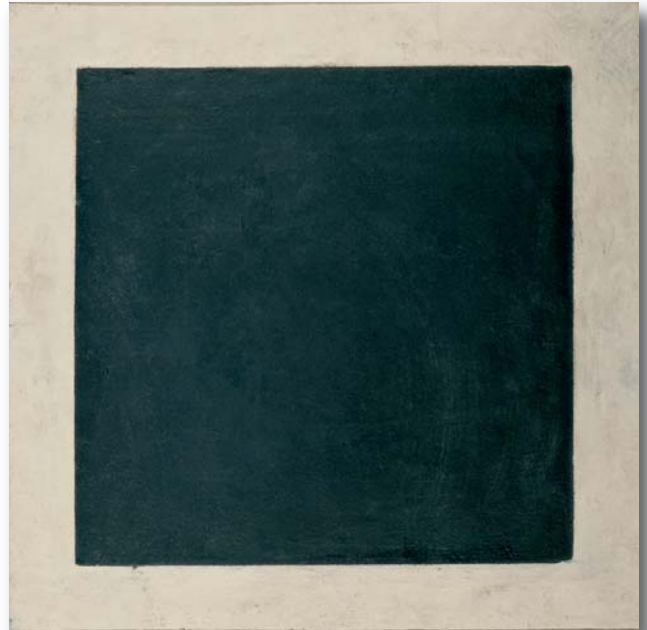
Aktuell sind die Deutschen ziemlich „sesshaft“, jede/jeder besitzt durchschnittlich etwa 10.000 Gegenstände, ein Resultat der industriellen Massenproduktion von Konsumgütern. Wir haben sie, weil sie uns zu allem Möglichen dienen: als Statussymbol, als Mittel gegen Ängste, Langeweile oder innere Leere; oft sind wir nach kurzer Zeit von ihnen enttäuscht und werfen sie weg. Das hat wenig mit den Dingen und ihrem Gebrauchswert oder ihrer Schönheit zu tun. Und so, wie niemand wirklich 500 Facebook-Freunde haben kann, kann er auch nicht eine solche Masse an Gegenständen wertschätzen.

Angesichts der drohenden ökologischen Katastrophen gehört daher auch unsere Beziehung zu den Dingen des Alltags auf den Prüfstand. Vielleicht lieben wir sie ja nicht zu sehr, sondern zu wenig als das, was sie sind: Produkte, die aus einem geglückten Zusammenwirken der Schöpfungsgaben und menschlicher Kreativität entstanden sind. Als solche sind sie liebenswert, denn Menschen können Liebesbeziehungen verschiedener Art führen. In den Dingen begegnen wir zwar nicht einem anderen Subjekt, aber unserer eigenen Leiblichkeit und Geschöpflichkeit. Und der wiedererwachte Trend zum Selbermachen und Reparieren von Alltagsdingen spricht dafür, dass dort ein echtes Bedürfnis verborgen ist. Jenseits von „Simplify your life“-Ratgebern beginnt sich unsere Perspektive auf die Dinge in eine liebevollere zu verwandeln und infolgedessen hoffentlich auch unser Handeln.

LESS IS MORE *oder der Mehrwert einer reizreduzierten Ästhetik des Minimalen*

von *Marie-Amélie Salm*

Viele Menschen sehen gerne auf Gemälden das, was ihnen aus ihrer Lebenswelt vertraut ist. Häufig gefallen genau die Bilder, wo alles so aussieht „wie in Wirklichkeit“. Die sukzessive Ablösung der Malerei von der äußeren Erscheinungswelt jedoch stellt seit Beginn des 20. Jahrhunderts den Betrachter vor neue Herausforderungen. 1915 zeigt der russische Künstler Kasimir Malewitsch erstmals sein *Schwarzes Quadrat auf weißem Grund* in einer Aus-



stellung und revolutioniert damit die Kunstgeschichte. Malewitsch hängt sein Gemälde – auf dem nicht mehr zu sehen ist, als ein schwarzes Quadrat auf weißem Grund, schräg oben in die Wanddecke unter die Decke des Raumes, dort wo gewöhnlich eine russische Ikone ihren Platz hatte. Die Ausstellung erhält vernichtende Kritiken. Warum steht der Freude an großartiger Kunst unser Widerwille im Wege Gewohnheiten aufzugeben und Vorurteile abzuschütteln? Dabei können Künstler uns helfen, die Welt mit neuen Augen zu sehen. Wenn wir nur sehen, was wir schon kennen, bringt uns die Bildbetrachtung nicht weiter. Die vermeintliche Leere eines Bildes wirft den Betrachter jedoch auf sich selbst zurück, das muss er aushalten wollen, – wie eine Schweigewoche im Kloster. Zumeist lohnt es sich eine

erste Ablehnung zu überwinden, um in tiefere Schichten einzudringen. Malewitsch z. B. sucht in seinen suprematistischen Bildern den Zustand der reinen Empfindung. Wer sich auf so eine Begegnung mit dem Kunstwerk einlässt, kann Neues entdecken und dann wird ein vermeintliches Wenig zu einem Mehr an Erkenntnis.

Der Leitsatz „weniger ist mehr“ wurde populär unter Architekten, Designern und Künstlern des frühen 20. Jahrhunderts und hat bis heute nichts an Aktualität eingebüßt. Einer der Hauptprotagonisten seinerzeit war der Bauhausdirektor Ludwig Mies van der Rohe (1886-1969). Wie kaum ein anderer prägte er unsere Vorstellung von moderner Architektur, die schmückende Verzierungen ablehnt und schlichte, einfache Formen bevorzugt. Auch in der bildenden Kunst flammen die puristischen Grundgedanken der Moderne auf, so beispielsweise im Konstruktivismus, in der konkreten Kunst und schließlich in der Minimal Art der 1960er Jahre. Typisch für diese stillen Kunstwerke ist das Reduzieren auf einfache, zumeist geometrische Grundstrukturen. Malen bedeutet immer auch Entwicklung des Bewusstseins. Im Einklang mit der japanischen Ästhetik der Leere erschafft auch Tadao Ando (geb. 1941) minimalistische Bauwerke. Gerade die extreme Strenge und Klarheit der Formen lassen die Spiritualität seiner Kirchenarchitektur zur Wirkung kommen (siehe Titelbild).

Interessanterweise wechseln sich im Laufe der Kunstgeschichte stets puristische, klassische Tendenzen in Architektur, Skulptur und Malerei mit üppigen, prunkentfaltenden ab. So ging dem emotionsüberladenen Barock die eher rationale Renaissance voraus, ihm folgte der Klassizismus. Das Bauhaus folgte dem Jugendstil. Die puristische Minimal Art folgte dem gestischen abstrakten Expressionismus und so fort. In der reizüberfluteten Gegenwart tut es erneut Not, etwas zu entschlacken. Eine äußere Leere entschleunigt die Wahrnehmung und fördert die Innenschau der Dinge. So lädt die reizreduzierte Ästhetik des Minimalen ein, den Veränderungen in unserem Inneren nachzuspüren. Minimalismus bezeichnet heute nicht nur eine wiederkehrende Bewegung in der Kunst, sondern einen Lebensstil, der sich als Alternative zur konsumorientierten Überflussgesellschaft sieht.

Es zeigt einmal mehr, wie wegweisend und sinnstiftend die Kunst sein kann.

...for future – *doch wie sieht diese Zukunft aus?*

Von Fabian Loudwin SJ

Beeindruckt von der großen Klimademonstration in Frankfurt und der ganzen Welt besuche ich einige Tage danach das „Fridays for future“ Camp am Mainufer. Dort sitze ich an einem schönen Spätsommerabend mit Alan (16), Elli (14), Fiona (15) und Jannik (15) zusammen. Wir reden über die vielfältigen Proteste und Aktionen in der „week 4 climate“. Mir imponiert, wie diese jungen Leute sich Experten zu verschiedenen Themen eingeladen haben, um sich weiterzubilden, um zu diskutieren.

Auf einmal ist die Frage da, wie die Welt in zwanzig oder dreißig Jahren aussehen wird. Die Angst vor dem Klimawandel ist deutlich zu spüren: „Ich bin mir nicht sicher, ob ich in dieser Welt Kinder bekommen möchte, denn wie sieht unsere Zukunft aus, ja gibt es sie überhaupt? Wenn ich welche hätte, dann wären es ein oder zwei und sie brauchen nicht den Luxus, den es inzwischen gibt, diese Verschwendung an Konsum.“ „Ich werde sicher darauf achten, dass die Sachen, die ich kaufe, eine bessere Qualität haben und ich nicht gefühlt 1000 Sachen ohne Qualität besitze.“ „Genau, die Frage der Nachhaltigkeit ist in allen Bereichen extrem wichtig.“

„Wenn ich auf mein heutiges Leben blicke, dann verzichte ich schon auf viel: in weiten Teilen auf Fleisch und beim Einkaufen versuche ich nachhaltig, regional und mit möglichst wenig Plastik zu kaufen – und natürlich auch ohne anderes Umwelt- und Klimaschädliches.“ „Ein einzelner, der sich umstellt, bewirkt nichts, aber wenn es viele machen, dann wird es sicher etwas werden. Daher ist jeder Einzelne gefragt, denn zusammen sind wir stark.“ „Mit dem Verkehr ist es genauso: Ich werde größtenteils auf das Autofahren verzichten, wenn es irgendwie geht, dann kann ich ja



den Zug nehmen. In einer Metropole wie Frankfurt wird das Auto aber bestimmt sowieso überflüssig sein.“

„Hoffentlich wird dann klimafreundlich gehandelt und die Politik hat das Klima im Blick, denn so kann die Welt gerettet werden.“ „Sicher wird es zu einem Wechsel im System kommen, die Maxime des unbegrenzten Wachstums wird nicht mehr sein. Doch wie sieht dann die Ökonomie aus?“ „Ja, es braucht einen globalen Systemwechsel. Ich träume von einer demokratischen Gesellschaft, in der Gleichberechtigung für alle Menschen herrscht.“

Auf einmal wird unser Gespräch leise und nachdenklich:

„Ich fordere heute, dass die Älteren auf uns Junge hören. Ich wünsche mir so sehr, dass mir dies später auch gelingt und ich die Jugend respektiere, damit ich ihnen meine Stimme gebe.“ „Hoffentlich werde ich mich nicht nur egoistisch um mich selbst drehen, sondern sensibel sein für die Probleme, die im Jahr 2040 oder 2050 existieren – was auch immer dies dann sein wird.“ „Ich will den zukünftigen Generationen eine Welt übergeben, die keinem Klimainfarkt zu erliegen droht, stattdessen eine Welt, auf der wir noch lange leben können, die lebenswert, gesund und intakt ist.“

Ich verabschiede mich von den Schülern, grüblerisch gehe ich nach Hause. In meinen Sinn kommt Papst Franziskus, der die Sorge um das gemeinsame Haus und damit die Sorge um die Schöpfung und die Natur immer wieder aufs Neue betont. Oft und mit unterschiedlichen Worten ermuntert er Jugendliche dazu und fordert auf, nicht zu meinen, „dass eure Sendung, eure Berufung, ja selbst euer Leben eine Verheißung ist, die nur für die Zukunft gilt und nichts mit eurer Gegenwart zu tun hat. Als ob jung zu sein gleichbedeutend wäre mit 'Wartezimmer' für jemanden, der auf seinen Termin wartet“. Es ist ein Auftrag an die Jugend sich einzumischen und an uns Ältere, mit ihnen gemeinsam die Gegenwart und Zukunft zu gestalten und für eine bessere Welt zu kämpfen.

Mehr an Kreativität!

Von Claus Recktenwald SJ



Seit etwa einem Monat bin ich jetzt hier in Sambia. Genauer in der Missionsstation Kasisi, die, obwohl nur einige Kilometer vor den Toren der Hauptstadt Lusaka gelegen, schon sehr ländlich geprägt ist.

Die Menschen hier leben einfach, manche sogar ärmlich. Während die Häuser derjenigen, die für die Mission arbeiten, aus Stein und gut gebaut sind, leben die Menschen in den Dörfern in Lehmhütten und einige Arme haben sogar nur Unterstände aus Holz und Plastik. Weil im Süden von Sambia im letzten Jahr extrem wenig Regen gefallen ist, ist vielen Bauern der Mais auf den Feldern vertrocknet und schätzungsweise 2 Millionen Menschen haben schon jetzt, kurz vor der Regenzeit, nicht genug zu essen. Die Regierung will die Menschen unterstützen, aber die Verteilung der Nahrungsmittel ist schwierig, damit sie wirklich bei den Hilfsbedürftigen ankommt. Weniger macht nicht automatisch mehr, besonders wenn lebenswichtige Dinge knapp sind.

Auf der anderen Seite erfahre ich etwas von der tieferen Wahrheit dieses Spruches im interkulturellen Lernen. Was bedeutet eigentlich „Mehr“? Wie wir das definieren, hängt sehr stark von unserer kulturellen Prägung ab. Unsere Kultur tendiert dahin, vor allem den Output zu messen. Wie man dorthin kommt, ist nicht so wichtig. Im Notfall muss man sich eben dazu zwingen oder über Leichen gehen. Was zählt, ist letztlich der Erfolg. Die Menschen hier sehen das anders. Hier zählt mehr der Weg, die Freude und die Gruppendynamik. Der letztendliche Output ist zweitrangig. Das „Mehr“ ist für sie eher eine Qualität, während es für uns eine Quantität ist. Ich glaube, wir können viel voneinander lernen. Die Herausforderung ist, wirklich für den anderen offen zu werden und offen zu bleiben.

Ich erlebe das „Weniger macht mehr!“ auch in einem kreativmachenden „Weniger“, das sich am Ende als ein „Mehr“ erweist. Das ist eine Erfahrung,

die ich selbst in den ignatianischen Schweigeexerzitien gemacht habe. Im Schweigen, im Weglassen von all dem Input, dem wir normalerweise ausgesetzt sind, kommt nach einiger Zeit eine ganz neue, eigene Kreativität zum Vorschein. In einem Kurs, den ich vor zwei Wochen mitgemacht habe, ging es darum, Kleinbauern die Methoden der Pflanzenzüchtung näherzubringen. Ziel ist es, dass sie dann zurück in ihre Gemeinden gehen, um dort mit anderen Bauern ihre eigenen lokalen Landsorten zu verbessern. Das kann zu einem Prozess eigener Kreativität werden, in dem die Bauern an den Pflanzenmerkmalen arbeiten, die ihnen wichtig sind, z. B. Geschmack und Farbe oder auch Toleranz von Trockenheit. Sie sind in ihrer Situation nicht hilflos ausgeliefert, sondern können selbst kreativ an ihrer Situation arbeiten, um daraus mehr zu machen und ganz nebenbei die Biodiversität erhöhen.

Es gibt aber Versuche, unter einem vermeintlichen „Mehr“ die Rechte und Möglichkeiten der Kleinbauern einzuschränken, indem die Gesetze vor allem auf die Bedürfnisse der Agrarindustrie zugeschnitten werden. Die Kleinbauern sollen zu Konsumenten gemacht werden. Aber ist es nicht die frei entfaltete Kreativität, die den Menschen die Würde gibt und es ihnen ermöglicht, ihr Schicksal selbst in die Hand zu nehmen? Deshalb ist es wichtig, dass den Bauern die Nutzung eigener und fremder Samen für Anbau und Züchtung erlaubt bleibt und der informelle Saatgutmarkt nicht illegalisiert wird. Kreativität gilt nicht nur für wenige Reiche, sondern für alle. Jeder Mensch ist dazu berufen, kreativ in der Schöpfung mitzuarbeiten.

Weitere Erfahrungen aus Kasisi im Blog: <https://kasisi2019.blogspot.com>



„Nimm, was dein ist, und geh' hin“

– zu einer Bach-Kantate über das Gleichnis von den Arbeitern im Weinberg

Von Pfr. Rüdiger Kohl,
evangelische Gemeinde Bockenheim

„Nimm, was dein ist, und geh!“ Das sagt im Jesus-Gleichnis der Verwalter des Weinbergs dem Arbeiter, der sich ungerecht behandelt fühlt. Weil andere Arbeiter, die weniger gearbeitet haben, genauso viel Geld bekommen wie er. Der unbekannte Lieddichter der Kantate interessiert sich nicht für die gefühlte Ungerechtigkeit. Er hat nur ein Thema: Er singt das Loblied auf die Genügsamkeit! Denn: Der unzufriedene Arbeiter bekommt doch genauso viel, wie vereinbart war. Also murre nicht, wenn dein Wunsch nicht erfüllt wird. Gott weiß, was gut ist für dich. „Nimm, was dein ist. Du hast genug.“

Doch: Kann das nicht auch zynisch sein? Es gibt Situationen im Leben, die kann ich nicht einfach so aus Gottes Hand annehmen. Wenn ich etwa einen Menschen verloren habe. Und: Macht mich Genügsamkeit nicht passiv? Kultiviere ich nicht die Haltung: Ich kann sowieso nichts machen? Ich glaube: Die Kantate plädiert dafür, gelassener mit dem umzugehen, was unser Leben bedroht. Persönlich und global. Ich habe mich an ein Gebet erinnert, das der amerikanische Theologe Reinold Niebuhr während des Zweiten Weltkriegs formuliert hat: „Gott, gib mir die Gelassenheit, Dinge hinzunehmen, die ich nicht ändern kann. Den Mut, Dinge zu ändern, die ich ändern kann. Und die Weisheit, das eine vom anderen zu unterscheiden.“

Genügsamkeit ist eine Haltung Gott gegenüber. Und ein Lebensstil. Das hängt zusammen: Ich bin ausgestattet mit dem, was ich brauche. Und mache etwas daraus.



Das wird von vielen Menschen heute wiederentdeckt. Gerade im Angesicht des Klimawandels. In dem Blog „Healthy Habits“ (Gesunde Gewohnheiten) schreibt die Bloggerin Yasmin: „Manche Themen haben schlichtweg keine Lobby, wie z. B. Genügsamkeit. Wie altbacken das schon klingt. Wenn Gewohnheiten wie Kinder zur Schule gingen, wäre Genügsamkeit wahrscheinlich ein Mobbing-Opfer. Sie würde auf dem Pausenhof im Abseits stehen und beim Schulsport zuletzt gewählt werden. Die coolen Gewohnheiten hingegen, wie Sport und gesunde Ernährung, wären die Stars in jeder AG – alle würden über sie reden und so sein wollen wie sie.“

Genügsamkeit wird oft mit Verzicht verwechselt. Und es stimmt ja: Zur Genügsamkeit muss ich mich durchringen. Der Tagelöhner im Gleichnis etwa kann auch nicht loslassen. Will nicht weitergehen mit dem, was er hat. 60-mal wird in der Kantate gesungen: „Geh hin!“ Nun geh doch endlich. Denn wenn ich unnötigen Ballast loslasse, wird mir klar: Genügsamkeit kann die Welt verändern. Ich habe in letzter Zeit von Wissenschaftlerinnen gehört, die sagen: Wir brauchen einen grundlegenden Wechsel in unserer Wirtschaft. Weg vom Zählbaren, von Gewinnstreben. Für mich sind das Propheten. Etwa Jakob von Üxkuell, der den Alternativen Nobelpreis begründet hat. Er plädiert für Genügsamkeit, weil wir unseren Kindern schuldig sind, ihnen eine gute Welt zu hinterlassen.

Oder der algerisch-französische Autor und Öko-Bauer Pierre Rabhi. In seiner Streitschrift „Glückliche Genügsamkeit“ schreibt er sinngemäß: „Wir brauchen ein neues Denken, weltweit und in allen Bereichen. Die Genügsamkeit ist die Option dieses neuen Denkens. Und die schlechteste nicht, denn richtig angewandt garantiert sie glücklichen Zugewinn.“ Das empfiehlt auch die Kantate. Denn da heißt es: „Genügsamkeit ist ein Schatz im Leben.“

Ich weiß nicht, ob die Genügsamkeit vom Mobbing-Opfer zur beliebten Klassensprecherin avancieren wird. Das Gleichnis und die Kantate zeigen mir aber, was zählt: gelassener werden, auf Gott vertrauen, zufrieden sein und Frieden finden, mich irritieren lassen von Gottes Güte. Und aufstehen für das, was ich ändern kann.

Weniger ist mehr – auch beim Beten?

Von Annemarie Ludwig-Scherer

Die dramatische Entwicklung in unserer Umwelt hat bei realistisch denkenden Menschen zu der Einsicht geführt, dass Konsumeinschränkung mehr zu einer lebenswerten Zukunft beitragen kann als z. B. endlos angestrebtes Wirtschaftswachstum. Gibt es Entsprechendes auch im religiösen Bereich?

In einer ignatianisch geprägten Gemeinde kommt mir bei dieser Frage sofort das Wort „magis“ (mehr) in den Sinn. Ignatius meint damit aber nicht ein Antreiben zu immer mehr Leistung bis hin zur Selbstüberforderung. Er gebraucht das Wort in der Bedeutung von „zur größeren Ehre Gottes“ oder „sich gegenseitig mehr helfen und nützen“. In Bezug auf das Beten lädt er ein, jeder soll suchen und sich auf die Weise des Betens einlassen, bei der sich ihm Gott am meisten mitteilt.

Welche ganz individuellen Ausdrucksweisen das annehmen kann, zeigen Beispiele in dem von Vitus Seibel SJ herausgegebenen Buch. „Wie betest du? – 80 Jesuiten geben eine persönliche Antwort“. Bei aller Unterschiedlichkeit beziehen sich doch alle auf je eigene Art auf die Anleitungen von Ignatius zum Beten in seinem Exerzitienbuch, sei es im Umgang mit der Heiligen Schrift oder das Beten in bestimmten Situationen.

Die Weisen und Stufen des Betens, wie sie Ignatius ausführlich darlegt, erklärte Papst Johannes Paul I. einmal mit einem einfachen Beispiel: Als Bild nimmt er den Geburtstag des Vaters. Das kleinste Kind kommt



mit einem Blumenstrauß und einem auswendig gelernten Gedicht. Der älteste Sohn hält eine kurze Rede, in der er ausdrückt, was der Vater ihm und der Familie bedeutet. Das Fräulein Tochter hat nur einen Strauß roter Nelken und bringt beim Überreichen kaum ein Wort heraus. Seine Frau schließlich schaut ihn nur liebevoll ein paar Augenblicke an und umarmt und küsst ihn.

Leicht lassen sich darin das mündliche Gebet, die Meditation (Be-sinn-ung), das Hineinnehmen von Gefühlen und das einfache Beten als ein stilles Verweilen in der Gegenwart Gottes erkennen. Aus diesen verschiedenen Weisen kann ein fließendes Geschehen werden. Dazu ein Zitat von Sören Kierkegaard:

„Als mein Gebet immer andächtiger und innerlicher wurde, da hatte ich immer weniger zu sagen. Zuletzt wurde ich ganz still. Ich meinte erst, Beten sei Reden. Ich lernte aber, dass Beten nicht bloß Schweigen ist, sondern hören. So ist es: Beten heißt: still werden und still sein und warten, bis der Betende Gott hört.“

Aus diesen Worten wird deutlich: wo Beten intensiver werden soll, braucht es eine Atmosphäre der Stille abseits vom Alltag. Äußeres und zunehmend inneres Schweigen verhilft zum Hören auf den Sinn hinter den Worten und dem Loslassen der Ichbezogenheit im einfachen Dasein in Gottes Gegenwart. Es kann hilfreich sein, sich hin und wieder eine Auszeit dafür zu nehmen, wie sie z.B. in vielen Bildungshäusern angeboten werden. In der St. Ignatius-Gemeinde begleite ich seit 15 Jahren als Kontemplationslehrerin VIA CORDIS Abende oder Samstage mit dem Herzensgebet und ergänzenden Übungen und in der Fastenzeit eine Gruppe für Kontemplative Exerzitien im Alltag parallel zu der klassischen Form mit den Jesuiten der Gemeinde. Anfang diesen Jahres leitete Pater Günther SJ erstmals ein Wochenende eine Gruppe im Schweigen mit einer Einführung in die Ignatianische Spiritualität im Kloster Schönau in Strüth.

Ist weniger mehr – auch beim Beten? Wohl kaum gemessen an Häufigkeit oder Worten. Entscheidend ist, was zu einer tieferen Beziehung zu Gott führt. Nach längerer Übung kann es sein, dass im Alltag – Ignatius würde sagen „beim Suchen und Finden Gottes in allen Dingen“ – wie in einer leisen Hintergrundmusik Gottes Geist ständig begleitend vernehmbar wird.



Wenn das Leben weniger wird

Von Waltraud Lechner-Rau

Es gibt Situationen im Leben, in denen es nicht darauf ankommt, wieviel man tut, sondern, dass die eigenen Gedanken, Wünsche und Planungen ganz zurückgestellt werden müssen, weil es gilt, einen Menschen in einer Extremsituation zu begleiten. Das Leben ist voller positiver und negativer Geschehnisse, die uns gefangen halten. Sie erwecken den Eindruck, dass die Zeit dahin rast. Zu viel kommt auf uns im Alltag zu und wir versuchen, einfach zu funktionieren oder auch alles mitzunehmen, was sich uns bietet.

Der Freund oder die Freundin ist zwar schon über 90 Jahre alt und immer noch aktiv, geistig sehr mobil, denkt überhaupt nicht ans Alter oder dass das Leben so allmählich zu Ende gehen könnte. Es werden große Pläne für weite Flugreisen oder das eigene Geburtstagsfest gemacht.

Und dann stellt sich heraus, dass das Herz nicht mehr mitmacht: Herzinfarkt, mit Blaulicht in die Klinik. Man spürt die harte Liege, muss ruhig bleiben – ein Stent wird gelegt. Atmen, vielleicht den Puls spüren, mehr geht nicht! Und dann lange Wartezeiten, Liegen im dunklen Gang und Warten, bis grünes Licht zum Transport ins Krankenzimmer gegeben wird. In diesen Minuten und Stunden ist es wichtig, ganz bei sich zu sein und nicht mehr.

Aber plötzlich kommt nachts ein Anruf vom Notarzt, weil der befreundete Mensch in kritischem Zustand angetroffen wird. Die Frage nach einer Wiederbelebung muss beantwortet werden. Dann bleibt nicht mehr als die Person zu begleiten, ihr ein Zeichen zu geben, dass sie nicht allein ist. Man ist ganz reduziert auf kleine Gesten: die Hand halten, ein Lieblingslied der Person singen, ein Gebet sprechen, sich nur auf die Person zu konzentrieren. Vor allem muss man sich einfach sagen: Hier bin ich und stehe dazu, lasse nicht los, denke nicht daran, was alles zu Hause liegen bleiben muss. Es zählt nicht mehr, was der Mensch in seinem Leben erreicht hat, ob er arm oder reich ist. Greifen oder begreifen kann ich nichts mehr, bin froh, wenn es mir gelingt, mein Versprechen einzulösen, dass ich da sein werde, wenn das Leben zu Ende geht.

Es sind für mich die Momente oder Tage, in denen ich ganz auf die Zwiesprache mit Gott reduziert bin.

Sich neu finden – *Gedanken zu den kirchlichen Umbrüchen*

Von Bernd Günther SJ

Es brodelt in der Kirche. Auf der einen Seite scheinen so manche kirchliche Traditionen und Strukturen nicht weiter tragfähig zu sein. Im Jahr 2018 sind bundesweit wieder über 200.000 Menschen aus der römisch-katholischen Kirche ausgetreten. Weiterhin gehen traditionsreiche Pfarreien in größeren Verbänden auf und befürchten mit dem Verlust ihrer Eigenständigkeit auch den Verlust der Lebendigkeit. Viele kirchliche Gruppen schaffen es nicht mehr, sich zu verjüngen und werden in absehbarer Zeit aufgeben müssen. Einrichtungen und Projekte werden zurückgefahren oder aufgegeben. Der Nachwuchs, sowohl in den Gemeinden als auch in den kirchlichen Ämtern, ist gering. Die Kirche in ihrer äußeren Gestalt bröckelt und schrumpft. Das ist nicht neu. Der Schrumpfungsprozess hat zwar schon spätestens in den achtziger Jahren begonnen, bricht aber jetzt voll durch.

Auf der anderen Seite bestimmen andere, drängende Themen die Diskussionen. Das Offenlegen von schrecklichem Missbrauch im Innenraum der Kirche fordert eine neue, schmerzhaft Ehrlichkeit ein. Unter der Überschrift des Heiligen wurden Verbrechen begangen, die oft genug nicht bestraft und deren Opfer allein gelassen und mundtot gemacht wurden. Die fast reine Männerdomäne der kirchlichen Leitungsstrukturen ist heutzutage nicht mehr ertragbar. Innerkirchliche Machtausübung muss neu und anders eingeübt werden. Kirchliche Normen, gerade im Bereich der Sexualmoral, bedürfen einer tiefgreifenden Überprüfung und Erneuerung.

Da wo kirchliche Strukturen erstarren wirken, wird nun neu diskutiert und auf den unterschiedlichen Ebenen werden mit unterschiedlichen Vorgehensweisen Veränderung gefordert. In der Amazonassynode oder im deutschen Synodalen Weg werden Fragen einigermaßen offen gestellt und diskutiert, ohne dass deren Antworten schon vor Beginn der Gespräche feststehen würden.

Verwunderlich ist das nicht. Die Menschen heute – und damit auch die Christinnen und Christen heute – sind zutiefst von demokratischen Strukturen im Miteinander geprägt. Alle haben Erfahrungen mit Meinungsbildungsprozessen, wo im Sich-Positionieren, Argumentieren, Aufeinander-Hören und Abwägen Kompromisse gesucht werden, die möglichst viel von den Idealen verwirklichen und möglichst allen gerecht werden sollen. Natürlich ist auch bekannt, dass viele Kompromisse halbherzig und unbefriedigend bleiben und dass große Veränderungen Zeit, Partner und einen Kairos brauchen, um zum Durchbruch zu kommen. Da wo man mitdenken und mitwirken kann, ist die Bereitschaft dies zu ertragen aber deutlich größer. Christinnen und Christen wollen ihre diesbezüglichen Kompetenzen auch in die Kirche einbringen. Sie wollen die Anliegen, die ihnen wichtig sind, entsprechend vertreten und bei Entscheidungen mitreden können.

Jede demokratische Vorgehensweise lebt aber immer auch von einem zugrundeliegenden Wertekonsens, der verteidigt werden muss, um sich nicht der Gefahr einer Selbsterstörung auszusetzen. Für die Kirche gilt dies noch viel mehr. Das, was die Kirche ausmacht, ist nicht verhandelbar: Gottes Gegenwart in dieser Welt; seine Barmherzigkeit und Liebe zu allen Menschen, die in der Nächstenliebe ihre Antwort findet; Jesu Botschaft und Erlösungstat und die Sendung der Gemeinschaft der Glaubenden, dies zu leben, zu feiern und zu den Menschen zu tragen. Darüber darf es keine Kompromisse geben. Wohl aber muss immer wieder neu geklärt werden, wie dieses Leben, Feiern und Zu-den-Menschen-tragen gestaltet werden soll – eben auch wieder heute und auch mit Hilfe von in der Kirche noch ungewohnten partizipativen Meinungsbildungsprozessen.



Fastenzeit – *eine zeitlose Herausforderung*

Von Fabian Loudwin SJ

„Am Aschermittwoch ist alles vorbei“ – mit diesem Satz wird im Fasching manchmal das Schreckgespenst Fastenzeit an die Wand gemalt, vielleicht auch belächelt. Und doch lohnt es sich über Fastenzeit nachzudenken. Als erstes fällt mir Jesus ein: „Er wurde vom Geist in der Wüste umhergeführt, vierzig Tage lang, und er wurde vom Teufel versucht. In jenen Tagen aß er nichts.“ (Lukas 4, 1-2) Und schon hier ist die Gefahr einer Engführung – wenn der einzige Fokus auf dem „er aß nichts“ liegt. Ja, der Verzicht auf Essen, auf Genuss gehört dazu, aber bei Jesus steht er nicht im Vordergrund. Er wurde gerade getauft und nun in der Wüste, in diesen vierzig Tagen der Reduktion, bereitet er sich auf sein öffentliches Auftreten vor.

Gesund zu leben und bewusst zu essen, viele wollen das. Doch worin liegt die Motivation zu fasten? Dies habe ich einige Menschen gefragt. Spannend war für mich die fast durchgehende Antwort: in der Fastenzeit herrscht eine religiöse, spirituelle Grundkomponente vor – während in den anderen Zeiten im Jahr ganz klar der Körper und seine Ernährung im Vordergrund stehen. Doch was ist dieses „mehr“ in der Fastenzeit? Einen Hinweis kann der Prophet Jesaja geben. Er erzählt, dass Gott sein Volk, welches sich darüber beschwert, dass ihre asketischen Fastenübungen für ihre Beziehung mit Gott keinen Erfolg haben, zur Rede stellt: „Seht, an euren Fasttagen macht ihr Geschäfte und alle eure Arbeiter treibt ihr an. Seht, ihr fastet und es gibt Streit und Zank und ihr schlagt zu mit roher Gewalt.“ (Jes 58,30)

Fasten ist mehr als der reine Verzicht auf das Essen. Durch den bewussten, spirituell initiierten Verzicht entsteht ein Ermöglichungsraum, in welchem die Beziehung mit Gott, mit den Mitmenschen und mit sich selbst anders und intensiver gelebt werden darf. Und der Verzicht auf das Essen ist nur eine von vielen Möglichkeiten. Die Bandbreite, die in unserer Gemeinde vorkommt, ist enorm: Der Verzicht auf Lärm, auf Berieselung aus dem



Radio gibt manchem den Raum für Stille. Eine Frau achtet in dieser Zeit bewusst auf ihren Schlaf, der sonst oft zu kurz kommt. Ein Jugendlicher reduziert sein Social-Media-Verhalten. In unserer

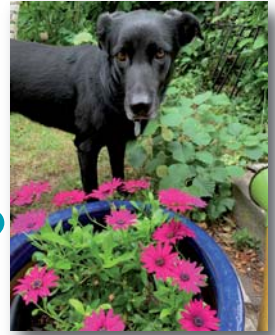
Gemeinde gibt es Exerzitien im Alltag. Einige haben bei der Aktion „7 Wochen ohne ...“ mitgemacht – dieses Jahr „... ohne Lügen“. Verzicht auf Konsum, Gehässigkeiten, Sex, Auto, sich dem Nachrichtenhype hingeben, Alkohol, ... Oder andersherum gesagt: bewusster leben. Eine Frau hat einen Kalender, der jeden Tag den Blick auf etwas anderes richtet, ganz positiv, was ich heute nicht brauche. Mancher betet mehr. Vernachlässigte Kontakte pflegen. Mehr Bewegung. Gezielte Lektüre... Es sind individuelle Antworten – passend zu jeder und jedem einzelnen.

Diesen Prozess – sich bewusst auf einen Verzicht einzulassen, um den Ermöglichungsraum zu erweitern – gibt es nicht nur in der Fastenzeit. Eine ganze Reihe machen auch unterm Jahr ihre „persönlichen Fastenzeiten“, um zusammen mit Gott ihr eigenes Leben zu ordnen: das Ablegen, was für die Beziehung zu Gott, zu anderen und zu sich selbst schädlich ist oder natürlich auch etwas neu oder wieder zu lernen.

Und noch einmal Jesaja, der Gott seine Stimme für weitere Impulse leiht: „Ist nicht das ein Fasten, wie ich es wünsche: die Fesseln des Unrechts zu lösen, die Stricke des Jochs zu entfernen, Unterdrückte freizulassen, jedes Joch zu zerbrechen? Bedeutet es nicht, dem Hungrigen dein Brot zu brechen, obdachlose Arme ins Haus aufzunehmen, wenn du einen Nackten siehst, ihn zu bekleiden und dich deiner Verwandtschaft nicht zu entziehen?“ (58,6f)

Entschleunigen Hunde das Leben?

Von Waltraud Lechner-Rau



Ein schwarzer Hund schaut mich intensiv und mit großen Augen an, unentwegt, erzwingt meine Aufmerksamkeit und erwartet ein ruhiges Wort und Streicheleinheiten. Er bellt nicht. Ich kann aber erkennen, dass hier zwischen ihm und mir Zwiesprache gehalten wird. Er duldet nicht, wenn ich woanders hinschaue, weil ich weitergehen will. Nein, ich muss hier bleiben, meine Aktivitäten entschleunigen. Er ist jetzt wichtig, nicht mehr und nicht weniger. Wenn es sein muss, dann werde ich angebellt.

Ich habe keinen Hund, beobachte aber rechts und links unseres Hauses jeweils einen schwarzen Hund und wenn ich eine Nachbarin aufhalte, um mit ihr zu sprechen, dann gibt es schon eine Mahnung vom Hund, dass er jetzt wichtig ist.

Der Hund, er ist noch jung, mag nicht, dass die Herrschaften oft ausgehen; er möchte haben, dass sie gemütlich zu Hause bleiben und er zu ihren Füßen sitzen kann. Sind sie aber doch ab und zu unterwegs und konnten ihn nicht mitnehmen, dann ruft er sie, ist traurig und weint auch manchmal.

Irgendwie entschleunigt mich dieser Nachbarhund, denn ich nehme mir die Zeit und lausche und versuche, seine Rufe zu analysieren, habe dadurch festgestellt, dass er sehr wohl nicht nur einfach wütend bellt und jeden vom Hausinneren aus anbellt, der vorbei geht, sondern manchmal sagt: „Nun komm doch rein“ oder ein freudiges Bellen ertönen lässt, wenn Frauchen zurück kommt.

Bei den gemeinsamen Gängen sagte mir die Nachbarin, dass sie zur Konzentration auf ihn gezwungen ist, er sie zur Ordnung ruft, wenn sie stehen bleibt und mit Bekannten spricht; er knurrt dann deutlich. Der Hund ist eine eigene Person in der Familie und die Beziehung wird immer tiefer; er ist oft der Mittelpunkt, besonders wenn die Kinder erwachsen und ausgezogen sind. Ich beobachte auch wie ältere Menschen sich ganz auf den Hund einstellen und in ganz einfacher Sprache mit ihm kommunizieren; er widerspricht nicht und signalisiert, dass er versteht. Er sorgt für ein angenehmes Gefühl und macht glücklich. Wie unglücklich ist man dann, wenn sein Hundeleben zu Ende ist und die Entschleunigung überhand nimmt.

Themenmonat November 2019

„weniger macht mehr“

Im November steht in St. Ignatius alles unter einem gemeinsamen Thema: „weniger macht mehr“. Es gibt eine Reihe mit Predigtimpulsen im Gemeindegottesdienst und verschiedene Veranstaltungen. Die Übersicht mit mehr Einzelheiten zu den Veranstaltungen finden Sie unter www.ignatius.de.

Predigtimpulse im Gemeindegottesdienst am Sonntag um 10:30 Uhr

- 27. Oktober:** *Mehr – das ignatianische Prinzip des magis,*
P. Provinzial Johannes Siebner SJ
- 3. November:** *Sich zurücknehmen in Verantwortung für die Schöpfung,*
Dr. Georg Horntrich
- 10. November:** *Maß halten – eine klassische Tugend,*
Dr. Dewi Maria Suharjanto
- 17. November:** *Armutsbewegungen als Reformmotoren in der Kirche,*
Br. Jens Kusenberg OFMCap
- 24. November:** *Armut, Keuschheit, Gehorsam – die evangelischen Räte,*
Sr. Laura Knäbel MMS

Veranstaltungen im Gemeindesaal in St. Ignatius

6. November, 20:00 Uhr, Impulsvortrag:

Wachstum – eine ambivalente Kategorie für Glaube, Wirtschaft und Gesellschaft,
mit JProf. Dr. Wolfgang Beck

9. November, 16:00 Uhr, Tauschbörse:

Weitergeben statt Wegwerfen

12. November, 20:00 Uhr, Vortrag mit Gespräch:

Reduzieren und Multiplizieren – Über christliches Führen,
mit P. Stefan Kiechle SJ

19. November, 20:00 Uhr, Werkstattgespräch:

Eine reiche Kirche – wofür? mit Weihbischof Leo Wagener, Luxemburg
und Ernst von Freyberg, Frankfurt; P. Bernd Günther SJ, Kirchenrektor

24. November, 10:00-16:00 Uhr:

KinderKirchenTag

Jesuitenkirche St. Ignatius · Gärtnerweg 60 · 60322 Frankfurt

Die Seelsorger P. Bernd Günther SJ
bernd.guenther@jesuiten.org

P. Fabian Loudwin SJ
fabian.loudwin@jesuiten.org

Kontakt Gemeindebüro:

Petra Merk
Elsheimerstraße 9
60322 Frankfurt am Main
Tel: 069 719 114 71
Fax: 069 719 114 70
gemeinde@ignatius.de · www.ignatius.de

Regelmäßige Gottesdienste

Samstag 18:00 Uhr Vorabendmesse
Sonntag 10:30 Uhr Gemeindemesse
14:00 Uhr Messe der philippinischen Gemeinde
19:00 Uhr Messe der Katholischen Hochschulgemeinde
21:00 Uhr Moonlightmesse mit Jazz-Musik

Werktags (Hauskapelle im Ignatiushaus)

Dienstag bis Samstag 7:30 Uhr Jesuitenmesse

Dienstag 19:00 Uhr Abendmesse

Mittwoch 8:30 Uhr Morgenmesse

Mittwoch 21:50 Uhr 10 vor 10 – Gebet zur Nacht (Kirche)

Kindergottesdienste: In der Regel jeden Monat (nicht in den Ferien)

1.+2. Sonntag: Kinderwortgottesdienst

3. Sonntag: Kapellengottesdienst der Kinder

4. Sonntag: Familiengottesdienst (Kirche)

Taufen, Trauungen, Beichten, Krankensalbungen, Beerdigungen

Bitte Termine im Gemeindebüro oder mit den Patres vereinbaren.

Erstkommunion, Versöhnung, Firmung

Jährlich Vorbereitungskurse für die jeweilige Altersstufe (Beginn für Erstkommunion im Oktober, für Firmung und Versöhnung im Januar)



Jesuitenkirche
St. Ignatius
Frankfurt

