

## Vom Wesen der Film-Exerzitien

*Von Christof WolfSf*

Film-Exerzitien dauern in der Regel sechs bis acht Tage. Es sind klassische ignatianische Einzel-Exerzitien im Schweigen, doch die geistlichen Impulse werden nicht vom Kursleiter, sondern von Filmen vermittelt. Am ersten Abend nach der Einführung schaut man gemeinsam den ersten Film und geht dann in die Stille. Einen Austausch in der Gruppe gibt es weder direkt nach dem Film noch an den folgenden Tagen, denn erfahrungsgemäß werden solche Diskussionen meist ziemlich kopflastig geführt und dabei die Gefühlsebene zerredet. Zudem vergisst man über filmästhetischen Beobachtungen und interessanten Bemerkungen der anderen allzu oft seine eigenen Fragen. Und gerade diese sind es, die den Sinn der Exerzitien ausmachen. So beginnt jeder Teilnehmende seinen eigenen geistlichen Weg mit dem Impuls durch den ersten Film. Der erste Tag ist ein Arbeitstag, weil man vielleicht noch nicht weiß, wie man mit einem Film beten kann. Oder man fragt sich, wie das gehen soll mit dem Schweigen in der Gruppe an diesem Ort. Da heißt es üben. Es gibt vier Gebetszeiten pro Tag und ein Begleitgespräch – das ist wichtig: Man ist nicht allein unterwegs.

Ein weiteres wesentliches Element für die Gruppe ist die tägliche Eucharistiefeier: Man erfährt sich als feiernde und betende Gemeinschaft im Angesicht Gottes. Was sonst jeder individuell tut, nämlich Beten in Stille und Abgeschiedenheit, wird in der Gruppe zur gemeinsamen religiösen Erfahrung. Dieses Gemeinschaftselement kennt man auch aus dem Alltag. Der Mensch lebt immer in einem Beziehungskontext. In Exerzitien ist diese Beziehung religiös spiritueller Natur. Die Eucharistie ist das Erbe, das uns Jesus hinterlassen hat: „Tut dies zu meinem Gedächtnis.“ Liturgie ist denn auch kein vor Publikum gespieltes Theater, vielmehr sind alle

Anwesenden Beteiligte und vollziehen eine der Urerfahrungen des Christentums, die auf Jesus selbst zurückgeht, nämlich die Gemeinschaft mit Gott. Im Hören auf Gottes Wort und im Teilen von Brot und Wein empfangen wir Jesus Christus.

Weitere Gemeinschaftselemente sind die zur freiwilligen Teilnahme angebotenen Körperübungen und das Morgengebet. An den ersten drei Abenden wird jeweils ein Film gezeigt, darauf folgt ein stiller Tag. Das ist sehr wichtig, weil in Exerzitien die Filme eine Intensität entwickeln, die man im Alltag sonst nicht kennt. Normalerweise geht man zusammen ins Kino, bespricht gleich das Gesehene, und dann geht der Alltag weiter. Wenn ich jedoch mit niemandem Gedanken austauschen und auch nicht in alltägliche Geschäftigkeit abtauchen kann, sondern mit mir und meinen Eindrücken ganz allein in der Stille bin, dann entwickeln die Filme eine geradezu überwältigende Kraft. Das wird einfach zu viel. Die wichtigsten Tage auf dem geistlichen Weg sind die stillen Tage. Am vorletzten Abend gibt es nochmals einen Film und dann klingt die Woche mit dem Angebot einer eucharistischen Anbetung aus.

### Mit Filmen beten

Filme in Exerzitien sprechen heutige Menschen an. Nicht nur leidenschaftliche Kinogänger schauen gern Filme. Man ist ganz allgemein mit Bewegtbildern vertraut, kennt sie vom Fernsehen, vom Internet, von den Streamingdiensten. Was sich aber beim alltäglichen Schauen nicht einfach so ergibt ist die Identifikation mit dem Filmgeschehen, der direkte Bezug zum eigenen Leben. Um diesen geht es in den Exerzitien und darum, die Erfahrungen und Emotionen zu vertiefen und so Schritt für Schritt seinen inneren geistig geistlichen Weg zu entwickeln und abzuschreiten. Das Beten mit Filmen ist ein eigener kreativer Prozess. Beim Gebet lässt man den Film, den man gesehen hat, vor dem geistigen Auge noch einmal ablaufen und spürt: Was spricht mich an? Wovon werde ich

besonders berührt? Wo bin ich zum Verweilen angehalten? In der ignatianischen Spiritualität ist ein wichtiger Punkt die Bereitung des Schauplatzes. Der Ort ist gewissermaßen der Schlüssel für das Beten mit allen Sinnen. Orte haben eine Seele. Sie lösen Emotionen aus. Orte sind nie neutral. Das spürt man, wenn man durch eine Stadt geht oder die Welt bereist. Andere Kulturen riechen anders. Orte sind immer einmalig – jeder von ihnen hat seinen besonderen Duft. Der Mensch verbindet mit Orten Erinnerungen an angenehme oder unangenehme Erlebnisse. Es gibt Orte der Trennung – und ich spüre das; wenn ich da wieder hingehe, tut es immer noch weh. Erst wenn ich den Trennungsprozess in Frieden abgeschlossen habe, kann ich auch den Ort wieder aufsuchen, ohne Schmerz. Nicht nur private Beziehungen, auch das Berufsleben ist an Orte gebunden. Deswegen vermitteln uns Orte wie konkrete Schauplätze von Filmszenen sofort das Gefühl, emotional zuhause zu sein.

In einem zweiten Schritt werden dann diese Erfahrungen und Dynamiken durch ausgewählte Bibelstellen vertieft. Auch hier ergeben die einzelnen Bibelszenen einen Gesamtfilm. Ein wichtiges Element für diesen Prozess sind die Begleitgespräche. Jeder Exerzitant, jede Exerzitantin hat eine Begleiterin, einen Begleiter, deren Aufgabe es ist, in dem täglich anberaumten halbstündigen Gespräch vor allem zuzuhören und dann mit dem Exerzitanten zusammen zu entscheiden, wie dessen Weg weitergehen soll.

Ein Unterschied zu klassischen ignatianischen Exerzitien ist der, dass die einzelnen Gebetszeiten nicht separat empfunden werden, sondern alle Übungen hintereinander die Dramaturgie eines Filmes annehmen können. Die erste Gebetszeit ist die erste Szene des ersten Aktes, die zweite Gebetszeit ist die zweite Szene usw. Am zweiten Tag beginnt der zweite Akt. Jeder ist Regisseur seines Gebets. Es kommt zuweilen sogar vor, dass eine Figur aus dem Film vom ersten Abend sich in den Film vom dritten Abend ein-

mischt. Aber das ergibt dann eben jene ganz persönlichen Filme, welche die einzelnen Exerzitanten für sich selber produzieren und somit Regie führen in ihrem eigenen Leben.

### **Filme als geistliche Impulse**

Vor allem in einer Hinsicht haben Film-Exerzitien ein großes Potenzial. Als Exerzitienleiter steht man ja normalerweise vor der Herausforderung, der Gruppe einen Impuls geben zu müssen, den Teilnehmenden Lebensfragen zu stellen, über die sie nachdenken und dank denen sie mit sich selber, mit Jesus und mit Gott besser in Kontakt kommen können. Aber wie schaffe ich es, alle gleichermaßen zu erreichen? An solchen Kursen nehmen doch Leute verschiedenen Alters und aus ganz unterschiedlichen Lebensumständen teil. Wie kann man einen Fünfundzwanzigjährigen mit seinen Lebensfragen und zugleich eine Person in der zweiten Lebenshälfte mit ihren Lebensfragen ansprechen? Der Film löst dieses Problem auf sehr elegante Weise, weil er ganz individuell wahrgenommen wird und sich jeder Teilnehmende das für ihn Passende herauszieht. Ein Film zeigt in der Regel einen Prozess, eine Figur, die sich entwickelt. Und er macht ein Identifikationsangebot bzw. lässt er das Publikum sich in Distanz setzen: Wie würde ich mich in dieser Situation verhalten? Wenn man das für sich durchspielt, aktualisiert man damit seinen Werte-Horizont und seine Handlungsmuster. Filme eröffnen diese Resonanzräume. Das Geschichten-Erzählen selber ist uns ja vertraut: Jeder Mensch erklärt seine Identität in Form einer immer wieder neu erfundenen, wandelbaren Geschichte.

### **Motivationen der Teilnehmer**

Zu Film-Exerzitien kommen verschiedene Gruppen von Menschen. Die einen haben eine professionelle theologische Ausbildung, sind also quasi vom Fach. Ihr Motiv heißt: „Ach, jetzt kann

ich endlich einmal die Bibel zu lassen. Ich muss nicht schon wieder Schriftstellen nehmen, um damit zu beten.“ Dass man mit den Filmen selber beten kann, ist für diese Gruppe eine große Entlastung.

Eine zweite große Gruppe sind Menschen in mittleren Jahren. Sie spüren, dass die Konflikte der Filmprotagonisten oft auch ihre Konflikte sind. „Was mache ich eigentlich Tag für Tag? Wie gestalte ich meine Beziehungen, wie erlebe ich mich? Bin ich ein liebevoller Mensch, bin ich ein geliebter Mensch? Wie gehe ich mit Leid um, mit Verletzungen, mit dem Sterben gar?“ Das sind ihre wichtigen Lebensfragen. Oder auch das Thema Lebensenergien: „Bin ich ein Getriebener?“ In Filmen kommt es oft vor, dass Leute ausbrechen aus dem Getriebensein. Das ist ein ganz starkes Motiv. Dieser Gruppe macht vor allem die Herausforderung zu schaffen, Familie, Beruf und Lebenswelt unter einen Hut bringen zu müssen und die eigenen geistlich geistigen Vollzüge zu integrieren.

Die dritte Gruppe sind ältere Menschen, die gern ins Kino gehen. Sie haben Zeit, müssen ihre Gegenwart nicht mehr auf Zukunftsplanung ausrichten, schauen vielmehr auf ihr Leben zurück. Das ist eine eigene Arbeit: „Wie kann ich mit dem, was gewesen ist, einen inneren Frieden finden?“ Da haben Filme ein großes Potenzial, weil sie die Zeit komprimieren. Ein Film erzählt ein ganzes Leben in zwei Stunden. In einem Buch geht das nicht. Man liest keinen großen Lebensroman in zwei Stunden. Aber der Film hat diese Möglichkeit und kann damit einen intensiven Prozess auflösen, allenfalls auch ein Stück weit helfen, zum inneren Frieden zu gelangen.

### **Unterscheidung der Filme**

In Film-Exerzitien kommt es natürlich auf die sorgfältige Auswahl der Filme an, ist doch das Filme-Schauen eingebettet in eine

Woche der Stille, des Schweigens, was allein schon die Sensibilität der Teilnehmenden erhöht. Es gilt angemessene Filme zu wählen, also Filme, die Lebensthemen behandeln, und zwar auf möglichst subtile Art. Nicht jeder Film ist geeignet für Film-Exerzitien. Die erste Grundregel lautet, keine Filme mit heftigen, gewalttätigen Szenen zu zeigen. Wenn man drei Tage im Schweigen ist und dann einen Film mit starken traumatischen Sequenzen sieht, kann dies unter Umständen verdrängte Traumata in einem selber erneut wachrufen. Das lässt sich im Rahmen der geistlichen Begleitung nicht auffangen. Exerzitien sind keine Therapie, sondern versuchen einen geistlichen Weg zu entwickeln und fortzuschreiben. Und da muss man sehr sanft, sorgfältig und leise vorwärts gehen. In den letzten vierzehn Jahren hat sich eine Auswahl von ungefähr fünfzig Filmen angesammelt, die eine bunte Mischung darstellt: Hollywoodkino, Arthouse-Kino, französische Filme, Schweizer Filme, Filme von Schwellenländern, Filme aus dem lateinamerikanischen Kontext. Damit verbunden ist die Chance, in dem ganz Anderen oder in einer Begegnung mit fremden Kulturen etwas Neues zu entdecken. Auch das spricht uns als starkes Leit-Motiv an: Neugier auf das Leben, Neugier auf unbekannte Orte, auf neue und intensive Erfahrungen – oder wie es der Psalmist in der Übertragung von Huub Oosterhuis formuliert: „Neues Leben finden – schenk mir so zu leben.“ (Ps 119,40)

*Weitere Informationen unter [www.film-exerzitien.org](http://www.film-exerzitien.org)*

*Film-Exerzitien kurz erklärt: [https://www.youtube.com/playlist?list=PLI-g3uFSRkuG\\_MZUft\\_536ta9PiizbakwZ](https://www.youtube.com/playlist?list=PLI-g3uFSRkuG_MZUft_536ta9PiizbakwZ)*

„Vom Wesen der Film-Exerzitien“. In: Spiritualität konkret. Themenheft - Exerzitien. Hrsg. Congregatio Jesu – ZENTRUM MARIA WARD, Heft 7, 2019, 28-33