



**Ignatia Kramp CJ | Fulda**

geb. 1974, Dr. phil., Dr. theol.,  
Ordensschwester der Congregatio Jesu,  
Leitung Geistliche Prozessbegleitung, Bistum Fulda

ignatia.kramp@congregatiojesu.de

# Seele Christi, heilige mich!

## Ein altes Gebet als Schlüssel zu den Geistlichen Übungen?

In manchen Ausgaben des Exerzitienbuches steht noch vor dem Beginn des eigentlichen Textes das Gebet „*Anima Christi*“ („Seele Christi“), so etwa in der bekannten, in vielen Auflagen erschienenen Übersetzung von Hans Urs von Balthasar. Wie eine Art Leseschlüssel scheint es den Geistlichen Übungen vorangestellt. Aber ist es das wirklich? In diesem Beitrag gehe ich auf Spuren- suche, welchen Charakter und welche Bedeutung dieses Gebet innerhalb des Exerzitienbuches hat.

### Ein altes eucharistisches Gebet

Das *Anima-Christi*-Gebet stammt nicht von Ignatius, sondern wurde schon zu Beginn des 14. Jahrhunderts von einem bis heute anonymen Autor in lateinischer Sprache verfasst.<sup>1</sup> Es hat einen zutiefst eucharistischen Charakter. Das zeigt sein ursprünglicher Sitz im Leben bei der Verehrung des Leibes Christi in der Messe. Es wurde als persönlicher Akt der Verehrung während des Hochgebetes zwischen der Erhebung der Hostie und dem *Agnus Dei* von den Gläubigen gebetet. Diese liturgische Praxis ist durch einen Ablass von Papst Johannes XXII. aus dem Jahre 1330 belegt, der deshalb bisweilen irrtümlich als Verfasser des Gebetes genannt wird. Inhaltlich steht das *Anima Christi* der Theologie des hl. Thomas von Aquin nahe, und sein Verfasser ist vermutlich in dessen Schülerkreis zu suchen. Frömmigkeitsgeschichtlich gehört es in den breiten Strom der

1 Belege hier und im Folgenden und weiterführende Literatur zur Textgeschichte des *Anima Christi*: E. J. Richards, *Das Gebet Anima Christi und die Vorgeschichte seines kanonischen Status: Eine Fallstudie zum kulturellen Gedächtnis*, in: Literaturwissenschaftliche Jahrbuch 49 (2008), 55–84.

eucharistischen Verehrung im 14. Jahrhundert, in der sich auch das Fronleichnamsfest entwickelte. Entsprechend betont es die reale Gegenwart Christi in der Eucharistie. Dies hat es über die Zeiten hinweg attraktiv gemacht, wann immer diese katholische Glaubenswahrheit besonders betont werden sollte. Zugleich wurde es wegen seiner Christozentrik auch in der lutherischen Tradition sehr geschätzt. Es wurde schon im Mittelalter und auch in der Reformation mehrfach in verschiedene Volkssprachen übersetzt und in der katholischen wie der reformatorischen Tradition vielfach vertont. Zur Zeit des Ignatius war das Gebet gerade im spanischen Adel weit verbreitet, und so ist wahrscheinlich, dass er damit aufgewachsen ist und es nicht erst nach seiner Bekehrung kennengelernt hat.

### Ein Gebet als Leseschlüssel?

Auch die Platzierung des Gebetes vor dem Text der Exerzitien geht nicht auf Ignatius zurück. Sie ist erstmals 1576 in einer Ausgabe nachzuweisen, die 20 Jahre nach dem Tod des Ignatius unter dem Ordensgeneral Everard Mercurian von den Jesuiten verantwortet wurde. Die Frage, warum es den Exerzitien vorangestellt wurde, stellt sich dennoch. Ist es ein Leseschlüssel für das Buch bzw. ein Gebetschlüssel für die gelebten Übungen? Ein solcher Verständnisschlüssel wäre insbesondere im Blick auf die Christozentrik sowohl des Gebetes als auch der Exerzitien durchaus plausibel, wie die Interpretation Erich Przywaras zeigt, der in seinem Kommentar zu den Exerzitien das Gebet als „einen ersten Durchblick“ ins Exerzitiengeschehen versteht.<sup>2</sup> Andererseits fehlt der Aspekt der Sendung darin völlig, so dass es als hermeneutischer Schlüssel besser für die erste Woche als für die ganzen Exerzitien passen würde. Man kann also geteilter Ansicht sein, ob das *Anima Christi* tatsächlich ein plausibler Leseschlüssel für die gesamten Exerzitien ist. Wenn es aber darum geht, welche Bedeutung das Gebet in den Übungen hat, trägt seine rezeptionsgeschichtliche Voranstellung nichts aus bzw. kann seinen eigentlichen Sinn sogar verstellen, weil die prominente Position am Anfang über die weniger auffälligen Stellen hinwegtäuscht, in denen es in den Übungen selbst vorkommt (EB 63, 147, 253, 258).

Schaut man in den Text der Übungen, kommt das *Anima Christi* zum ersten Mal in der dritten Übung der ersten Woche zum Tragen (EB 63). Es handelt sich dabei um eine Wiederholungsbetrachtung, in der Ignatius das dreifache Kolloquium am Ende der Besinnung einführt. In diesem betenden Gespräch am Ende jeder Betrachtung bringt der Exerzitant vor Gott in eigene Worte, was ihn in der letzten Stunde bewegt hat, wie ein Freund dies mit einem Freund tut. Bei dem dreifachen Kolloquium schlägt Ignatius folgende Reihenfolge vor: ein erstes

2 E. Przywara, *Deus semper maior, Theologie der Exerzitien*. Bd. I. Wien/München 1964, 9.

Gespräch „zu unserer Herrin“, das mit einem Ave Maria abgeschlossen wird, ein zweites Gespräch mit Christus, das mit dem *Anima Christi* endet, und ein Gespräch mit dem Vater, das mit dem Vaterunser schließt. Diese drei Aussprachen sieht Ignatius auch für die darauffolgende zweite, verdichtende Wiederholung (EB 64) vor. Nun könnte man denken, dass die Logik hier darin bestünde, dass das *Anima Christi* immer dann den Abschluss des Gesprächs bildete, wenn der Exerzitant mit Christus spricht. Das ist aber nicht der Fall. Vielmehr schließen auch Kolloquien mit Christus nicht selten mit dem Vaterunser (z.B. EB 53, 61 und 71), z.T. sogar Gespräche, zu denen das *Anima Christi* inhaltlich ausgezeichnet passen würde, etwa das Gespräch mit dem Gekreuzigten (EB 53). Es scheint, als wählte Ignatius den Abschluss mit dem *Anima Christi* nur dort, wo der Exerzitant nicht allein mit Christus, sondern nacheinander mit verschiedenen Personen spricht, um dann mit dem jeweils zur Person passenden Gebet zu schließen. Das trifft außer für die genannten Betrachtungen noch für die Bannerbetrachtung (EB 147f.) und die Besinnung über die drei Menschengruppen (EB 156) zu. Bei der Betrachtung über die Menschwerdung schlägt Ignatius auch eine Aussprache vor, aber hier soll der Exerzitant selbst wählen, was er den drei göttlichen Personen *oder* dem fleischgewordenen Wort *oder* „unserer Mutter und Herrin“ sagen will (EB 109). Hier schließt die Aussprache entsprechend nur mit dem Vaterunser.

Eine ausführlichere Erklärung für die verschiedenen Formen des Kolloquiums gibt Ignatius erst zu Beginn der dritten Woche unter EB 199: „Es ist zu beachten, wie schon früher zum Teil erklärt worden ist, dass wir bei den Gesprächen uns unterreden und bitten sollen gemäß dem vorliegenden Stoff, das heißt dementsprechend, ob ich mich nach dieser oder jener Seite zu disponieren wünsche, ob ich zu trauern oder mich zu freuen begehre über das, was ich betrachte. Schließlich bitte ich um das, was ich eindringlicher in Bezug auf bestimmte, besondere Dinge ersehne. So kann man ein einziges Gespräch mit Christus Unserem Herrn halten, oder wenn der Stoff oder die Andacht dazu bewegt, drei Gespräche, das eine zur Mutter, ein anderes zum Sohn, ein weiteres zum Vater, in derselben Weise, wie in der zweiten Woche gesagt wurde bei der Betrachtung von den zwei Bannern und in der Bemerkung, die auf die Menschengruppen folgt.“

Ob der Exerzitant ein einfaches oder ein dreifaches Kolloquium hält, ergibt sich also aus seinem persönlichen Prozess, eben wie er vom Stoff der Betrachtung berührt wird. Das dreifache Kolloquium scheint sich besonders nahezulegen, wenn er etwas mehr ersehnt und entsprechend eindringlicher darum bitten möchte. Dabei ist interessant, dass Ignatius diese Erklärung erst hier, zu Beginn der dritten Woche gibt. Ist das Leiden Christi ein Betrachtungsstoff, der mehr unter die Haut geht und eindringliches Gebet besonders nahelegt? Es kann aber auch sein, dass der Exerzitant das Kolloquium zunächst einmal einfach praktizieren soll. Die Erklärung kommt dann hinterher und ist umso besser zu begreifen.

Die formale Zuordnung des *Anima Christi* ausschließlich zum dreifachen Kolloquium wirft die Frage auf, inwieweit es Ignatius überhaupt um den Inhalt des Gebetes geht. Wie gesagt, folgt auf einfache Kolloquien mit dem Sohn, die einen starken inhaltlichen Bezug zum *Anima Christi* hätten, nicht dieses, sondern das Vaterunser. Kann es einen besonders intensiven Zugang zum Gehalt des Gebetes eröffnen, dass es für das dreifache Kolloquium reserviert ist? Selbst wenn das zutrifft, fällt ins Auge, dass Ignatius die Zuordnung des Gebetes eher formal als inhaltlich vorgenommen hat. Was bedeutet dann aber das *Anima Christi* für Ignatius?

### **Ein christliches Grundgebet**

Die beiden weiteren Stellen, an denen er das Gebet erwähnt, EB 253 und 258, geben Aufschluss. Sie finden sich in den Anleitungen für die zweite und dritte Weise des Gebetes. Hier werden die Gebete, die im feierlichen Kolloquium eher formal als Endpunkt der Aussprache mit der jeweiligen Person eingesetzt werden, Wort für Wort betrachtet, so dass sich der Exerzitiant diese Gebete geradezu auf der Zunge und im Herzen zergehen lässt. Dabei ist sehr interessant und für uns heute überraschend, dass Ignatius das *Anima Christi* im selben Atemzug mit dem Vaterunser, dem Ave Maria, dem Glaubensbekenntnis und dem Salve Regina nennt. Offensichtlich gehörte es zu seiner Zeit zu den Grundgebeten, die man als Katholik auswendig kannte oder jedenfalls im Verständnis des Ignatius auswendig kennen sollte. Hier hatten die Exerzitien sehr wahrscheinlich eine katalysatorische Funktion: Einerseits war das *Anima Christi* damals schon weit verbreitet. Es wurde in verschiedenen Sprachen gebetet, man konnte es allein mit der ersten Zeile zitieren, ja es fand sich sogar in Spanien in manchem Palais als Inschrift an der Wand. Die Überlieferung scheint sich aber doch auf die Oberschicht konzentriert zu haben. Ob auch einfache Leute dieses Gebet kannten, ist schwer zu sagen. In jedem Fall dürfte die Praxis der Exerzitien vermehrt dazu beigetragen haben, dass das *Anima Christi* als Grundgebet verstanden und tradiert wurde. Bis vor nicht allzu langer Zeit gehörte es in katholischen Ggenden noch zu dem Gebetsschatz, der schon in der Kindheit gelernt wurde.

### **Ein Gebet als Lebensschlüssel**

Der Textbefund der Exerzitien gibt also nicht her, dass Ignatius dem *Anima Christi* eine Schlüsselposition für das Verständnis der Exerzitien zugewiesen hätte, wie das die spätere Voranstellung des Gebetes vor die Exerzitien nahelegt. Zugleich aber gehörte es für ihn offensichtlich zu den wichtigsten Grundgebeten, in denen sich verdichtet, worum es im christlichen Leben geht. Das *Anima Christi* ist nicht ein hermeneutischer Schlüssel für die Exerzitien, sondern zusammen

mit Vaterunser, Ave Maria, Glaubensbekenntnis und Salve Regina ein Schlüssel für das christliche Leben an sich. Deshalb ist es ein Gebet, das in den Kolloquien immer wieder gebetet wird, und zugleich selbst ein wichtiger Betrachtungsstoff. Es hilft dem Beter bei der Annäherung an Christus, der als Erlöser erfahren wird. Er kann sich in seinen Wunden bergen, ja, ganz eins mit ihm werden. Der Text der Exerzitien lässt nicht erkennen, dass Ignatius das Gebet in besonderer Weise als eucharistisches Gebet verstanden hätte. Und doch legten er und seine Gefährten ihre Profess in der Messe vor der erhobenen Hostie ab – also genau an der Stelle, wo das *Anima Christi* seinen ursprünglichen Sitz im Leben hatte. Das war ungewöhnlich, denn normalerweise legte man die Profess in die Hände des Oberen ab, so wie das im Mittelalter gegenüber dem Lehensherrn üblich war, legte sich mit diesem so genannten „Handgang“ buchstäblich in die Hände des Herrn. Die katholische Praxis, beim Gebet die Hände zusammenzulegen, ist – ebenso wie das Knie – ein ferner Nachhall dieses Ritus. Ignatius nimmt in der Gesellschaft Jesu und in den Exerzitien eine neue Zuordnung vor: Die Lehengesellschaft wird in der Betrachtung vom „Ruf des Königs“ breit entfaltet und intensiv meditiert (EB 91–98); die Profess wird dann aber direkt vor der erhobenen Hostie gesprochen wie ursprünglich das *Anima Christi*; das *Anima Christi* hingegen findet seinen Platz in den Exerzitien als Teil des dreifachen Kolloquiums und als Grundgebet ohne besonderen eucharistischen Bezug.

Das *Anima Christi* ist also kein Schlüssel für den Text der Exerzitien, wohl aber für das christliche Leben. Das Gebet bietet dem Beter unserer Zeit manche Hürde; erschließt sich aber einmal die existenzielle Tiefe, die darin liegt, kann das *Anima Christi* auch heute zu einem wichtigen Grundgebet werden. Für eine gewisse Beliebtheit bis heute spricht, dass es auch ins neue Gotteslob von 2013 Eingang gefunden hat (Nr. 6,4). Welche Kraft trotz seiner archaischen Sprache – oder vielleicht gerade deshalb? – in ihm liegt, zeigt das 2013 erschienene Buch von Heiner Wilmer, damals Provinzial der Herz-Jesu-Missionare, heute Bischof von Hildesheim: „Gott ist nicht nett. Ein Priester fragt nach seinem Glauben“.<sup>3</sup> Wilmer fragt anhand der Worte des *Anima Christi*, das er schon als Kind gelernt hatte, nach seinem Glauben, und hängt sich an den Worten und Bildern des Gebets durch eine tiefe Krise. Das Buch beginnt mit den Worten: „Manchmal kann ich all das, was über Jesus gesagt wird, nicht mehr hören [...].“ Es endet damit, dass er auf dem Boden liegt und neu sagt: „Hier bin ich. Adsum“. Jesu Wunden haben auch heute dieselbe bergende Kraft wie zu der Zeit, als ein unbekannter Autor sich hinsetzte und schrieb: „Seele Christi, heilige mich [...].“

3 H. Wilmer, *Gott ist nicht nett. Ein Priester fragt nach seinem Glauben*. Freiburg i.Br. 2018.