

# Inhalt

Worum es in diesem Buch geht . . . . .	7
1. Pilgern: Was ist das? . . . . .	13
Herkunft des Pilgerbegriffs . . . . .	15
Pilgern und Wallfahren . . . . .	17
Pilgern ist doch kein Tourismus . . . . .	18
Pilgern als Wandern plus x? . . . . .	22
Was unterscheidet das zeitgenössische vom »alten« Pilgern? . . . . .	25
2. Ein ferner Pilger, der noch heute zum Pilgern herausfordert: Ignatius von Loyola (1491–1556) . . . . .	28
Wie wurde Iñigo zum Pilger? . . . . .	29
Warum wählte er Jerusalem als Pilgerziel? . . . . .	31
Welche Erfahrungen machte Iñigo beim Pilgern? . . . . .	34
Welche Motive prägten sein Pilgern? . . . . .	40
Wie Ignatius noch heute Pilger »zeugt« . . . . .	44
Camino Ignaciano . . . . .	47
3. Ein jesuitischer Pilgerrucksack: Spirituelle Übungselemente zum Pilgern . . . . .	49
Den Rucksack packen als Einübung ins Geschaffensein . . . . .	50
Vom Vorrang der Gnade: kein Start ohne Segen . . . . .	52
Meine Sehnsucht ins Gebet bringen . . . . .	54
Voller Staunen und Dankbarkeit: Von der Kunst der Wahrnehmung . . . . .	56

Die Bibel als Proviant:

vom Kauen des Evangeliums . . . . .	57
Pilgerbeziehungen ignatianisch deuten . . . . .	60
Pilgern als Einübung in die Kontemplation . . . . .	63
Das Gebet der liebenden Aufmerksamkeit . . . . .	66

4. Pilgernd Gott in allem suchen und finden . . . . 69

Ehrfurcht vor dem »Ich-bin-da« . . . . .	70
Ignatianische Entscheidungshilfen . . . . .	71
Lasten tragen mit einem Gefährten an der Seite	76
Was sich in der Liebe entschlüsseln lässt . . . . .	79
Irdisches Vorangehen: himmelwärts . . . . .	81
»Resignatio«: Ergebenheit in den dreieinen Gott	84
Hineinlaufen in deine Gegenwart . . . . .	88

Abkürzungen und Werke des Ignatius von Loyola 91

Anmerkungen . . . . . 92