

Franziskanische Lebensschule

Die Welt als Mystiker erleben



Der 800 Jahre alte spirituelle Schatz des Franz von Assisi ruht in der Vergangenheit wie auf dem Grund eines Sees. An der Oberfläche sind im Laufe der Jahrhunderte immer wieder auch Zerrbilder des Heiligen aufgetaucht. Die überlieferten Worte und Taten wurden oft einseitig ausgelegt: Franziskus war nicht bloß ein romantisch veranlagter Naturliebhaber, der durch die Wälder spazierte und mit den Tieren sprach. Er lässt sich auch nicht auf den einsamen Asketen reduzieren, der sich tagelang fastend in eine Felsspalte zurückzog, oder auf den Bettelbruder, der seine kostbare Kleidung gegen Lumpen tauschte, um den Armen näher zu sein. Für Jan Frerichs OFS war Franziskus vor allem ein Mystiker. Im Sonnengesang, den er am Ende seines Lebens schrieb, spiegelt sich seine tiefe Überzeugung, dass zwischen allen Geschöpfen Gottes eine geschwisterliche Verbundenheit besteht. Diese Vorstellung wurzelt in Franziskus' jahrelanger spiritueller Praxis in der freien Natur.

Fünf Jahre lang war Bruder Jan Frerichs OFS Mitglied des ersten Franziskanerordens. Bald nach dem Noviziat trat er aus. »Mir ist es ein bisschen eng geworden im Orden. Aber ich habe wahnsinnig viel gelernt. Es war die allerbeste Zeit«, sagt der 42-jährige Diplom-Theologe und hauptberufliche Fernsehjournalist. Heute lebt er mit seiner Frau und zwei Kindern im Binger Ortsteil Gaulsheim am Rhein.

»Als mir klar geworden ist, dass ich zwar den Orden, aber nicht die franziskanische Familie verlassen habe, habe ich

Kontakt zur Franziskanischen Gemeinschaft gesucht. Dort kann ich meine franziskanische Berufung leben, in der Familie, in der Pfarrgemeinde, in der Welt.« Neben Beruf und Familie bietet Bruder Jan Exerzitien und Auszeiten wie zum Beispiel eine Basiswerkstatt für franziskanische Schöpfungsmystik an. Mit seiner »franziskanischen Lebensschule« möchte er andere Menschen an seinen Erfahrungen teilhaben lassen und ihnen auch vermitteln, wie er Franz von Assisi versteht.

»Das Ziel aller Angebote der Lebensschule ist es, Räume zu schaffen, in denen der Blick auf den eigenen Seelengrund möglich wird.«

Wenn Bruder Jan über seine »franziskanische Lebensschule« spricht, scheint ihm der Begriff selbst ein bisschen unangenehm zu sein. Es klinge »vielleicht etwas überheblich«, zu sehr nach Institution und großen Strukturen. Dabei sei alles bewusst »klitzeklein«, wie er selber sagt, und seine Angebote noch nicht sehr bekannt. Zu den Exerzitien im Alltag oder

der Basiswerkstatt kommen vor allem Menschen aus dem Umfeld der Pfarrei St. Pankraz und Bonifaz in Bingen. »Ich ermutige mich, hier an diesem Ort zu bleiben, wo ich selbst lebe, und nicht irgendwo hinzugehen, wo vielleicht viel mehr Menschen an meinen Angeboten

interessiert wären«, sagt Bruder Jan. »Es geht um den Mut zum Konkreten. Vielleicht kommen dann nur zwei oder drei, aber in der Bibel ist ja auch nicht von zweihundert oder dreihundert die Rede.«

Eines seiner Angebote ist der Wüstentag. »In der Schöpfung unterwegs auf Seelenpfaden« steht auf dem Flyer. Um besser zu verstehen, was dahintersteckt, verabrede ich mich mit Bruder Jan zu einem kleinen Trip in die Natur. Wir treffen uns in Bingen und fahren weiter zur Burg Reichenstein am Rhein. Gleich hinter der Burganlage geht es hinauf in das Morgenbachtal, wo die steilen Felsen ein beliebtes Ziel für Kletterer bieten. Es geht bergauf, das welke Laub raschelt unter unseren Füßen, der Februarwind pfeift uns kalt um die Ohren. Bruder Jan scheint ganz in seinem Element zu sein. Damals, als junger Bruder in der Ausbildung, habe er sich in den Kopf gesetzt, alleine von Münster in Westfalen nach Jerusalem zu pilgern. Sein Junioratsleiter unterstützte ihn in dem Vorhaben. »Das war wie eine selbst auferlegte Initiation«, erinnert er sich. »Ich saß hier in der Nähe in Bacharach und habe bitterlich geweint, weil ich so alleine war. Da war ich plötzlich in meinem Abenteuer. Später am Bodensee war ich



Franziskanisch leben

In der Reihe »Franziskanisch leben« stellen wir Menschen oder Gruppen vor, die auf ganz unterschiedliche Weise versuchen, in ihrem Alltag Orientierung bei Franziskus und Klara von Assisi zu finden. Zum Beispiel den Laienbruder Jan Frerichs OFS aus Bingen am Rhein mit seiner franziskanischen Lebensschule »barfuß und wild«.



der glücklichste Mensch auf der Welt.« Dann gab es eine neue Ordensleitung, und der war der pilgernde Mitbruder nicht ganz geheuer. Das Abenteuer endete nach drei Monaten in Assisi.

Seine Suche ging jedoch weiter. Mit oberflächlichen, vorschnellen Antworten gab und gibt Bruder Jan sich nicht zufrieden. »Die Suche nach einer Wahrheit, die im Augenblick authentisch ist, kennt jeder. Ich glaube, dies ist das Eingangstor zur Mystik. Das ist nichts für Experten, das ist für jeden Menschen.« Früher habe er vor allem intellektuell nach der Wahrheit gesucht, nach der »richtigen oder falschen Lehre«. Heute hat sich sein Blickwinkel verändert: »Die Bibel, die Tradition, all das sind Schätze, die wir bergen können und die uns Impulse geben, weiterzugehen. Aber es ist nichts, was man nur um seiner selbst willen verehren muss. Es geht nicht nur darum, Jesus anzubeten, sondern Jesus zu sein. Diese Art von Nachfolge ist etwas Ur-Franziskanisches. Und das geht jeden Christen an, nicht nur Priester oder Ordensleute.«

Nach einer guten Stunde haben wir das Ziel unseres kleinen Ausflugs erreicht. Von Wind und Wetter bizarr geformte Bäume stehen um einen kleinen Platz mit einer Feuerstelle. Ein paar Schritte dahinter bilden die Felsen eine steil abfallende Klippe. Gegenüber, auf der anderen Seite des Morgenbachtals, sind die nahezu senkrechten Kletterfelsen

**»Die Natur ist nicht niedlich,
sie ist schön und grausam,
lieblich und bitter.«**

**»Man kann ein mystisches Erlebnis
auch an seinem Schreibtisch haben,
aber als Franziskaner würde mir da
noch mehr einfallen.«**

zu erkennen. Natürlich ist das keine ursprüngliche Wildnis. Schließlich befinden wir uns mitten in Deutschland. Wenn der Wind für einen Moment nachlässt, kann man das ferne Rauschen der Autobahn hören.

Trotzdem bekommt man hier eine Ahnung, wie sich echte Wildnis anfühlen könnte. »An einsamen Orten fern der Öffentlichkeit«, »in Felsklüften« und »in Steinhöhlen« habe Franz von Assisi gebetet, geschwiegen und gefastet, berichtet uns sein Chronist Thomas von Celano.

Im Noviziat sei er damals zwei Tage und Nächte lang auf einen Berg geschickt worden, erzählt Bruder Jan. »Das war aber eher so eine Art Outdoor-Erfahrung. Niemand hat uns gesagt, was es bedeutet, wenn wir in die Natur gehen. Ich hatte zum Beispiel furchtbare Angst in der Dunkelheit. Aber wovor hatte ich da Angst? So eine diffuse Angst hat ja meist weniger mit dem Außen zu tun, mit einer konkreten Bedrohung. Es sind innere Bilder, die da aufsteigen und Angst machen. Die gilt es anzuschauen. Dann wird die Natur zum Spiegel und die Dunkelheit oder ein Felsen, Bäume oder eine Begegnung mit einem Tier, all das kann der Eingang sein, um auf den Seelengrund zu schauen und mit dem ins Gespräch zu kommen, was da auf dem Seelengrund liegt: schmerzhaftes Erinnerungen, Scham, aber auch die tiefe Verbundenheit mit allem und

das Wissen darum, ein Teil von allem zu sein.« Für Bruder Jan liegt darin der theologische Kern franziskanischer Schöpfungsspiritualität: Im Spiegel der Schöpfung kann der Mensch sich selbst ganz erkennen und auch das Antlitz Gottes entdecken, der selbst Mensch geworden ist in Jesus Christus.

Wenn sich Menschen mit ihm an diesen abgeschiedenen Ort begeben, um einen Wüstentag in der Natur zu verbringen, haben sie ganz unterschiedliche Fragen im Gepäck. Manche haben Probleme in der Beziehung oder Stress im Job. »Andere sind auf der Suche nach dem, was sie im Herzen wirklich bewegt.« Einfache Antworten hat Bruder Jan nicht parat. Er versteht sich eher als Begleiter. »Ich kann nur den Raum anbieten





für eine Erfahrung. Ich bin für den Einstieg da. Ich kann auch nicht sagen, was richtig oder falsch ist, aber ich bin der Reiseführer und begleite dich durch deine Geschichte und kann sagen, was ich sehe. Und die anderen im Kreis hören dir zu. Manche machen da zum ersten Mal die Erfahrung, wirklich gehört und gesehen zu werden.«

Für den Wüstentag nutzt Bruder Jan das Lebensrad, das schon Hildegard von Bingen als Orientierungsmodell für das Leben diente und das auch schon in keltisch-germanischen Kulturen eine zentrale Rolle spielte. Es korrespondiert mit den vier Himmelsrichtungen, die den Vegetations-Wendepunkten des Jahreskreises entsprechen und sich auch im kirchlichen Jahresfestkreis wiederfinden: Dem Osten, wo die Sonne aufgeht und das Wunder des Lebens immer wieder von Neuem beginnt, entspricht die Auferstehung zu Ostern. Im Süden steht das Leben in seinem Zenit, an manchen Orten brennen noch heute Johannisfeuer in der kürzesten Nacht des Jahres. Im Herbst, im Westen, holen wir die Ernte ein und bereiten uns auf den Winter vor. An Weihnachten schließlich, im Norden und zugleich im tiefsten Dunkel des Jahres, feiern wir das Licht. Der Jahreskreis ist zugleich Spiegel für die Jahreszeiten des Lebens. »In der Mitte des Kreises ist Christus, der durch all das gegangen ist – auch durch den Schatten«, sagt Bruder Jan. »Er lehrt uns, dass es keine Auferstehung gibt ohne das Kreuz.«

Ein Problem unserer Konsumgesellschaft liegt für Bruder Jan in der Fokussierung auf den Süden, der unter anderem für die Anhäufung materieller Güter steht: »Wenn dann etwas passiert, stehen wir ratlos vor der Leere, weil all die Dinge, die wir im Süden getan und vermeintlich erreicht haben, nicht mehr viel wert sind: Karriere, Geld und Erfolg.« Andererseits gebe es auch Menschen, die zu stark im Osten verhaftet sind und ihr Leben zu einseitig auf religiöse Verehrung

»Das Gebet beginnt im Körper, er ist der erste Ort. Der Körper ist nicht richtig oder falsch, der Baum ist nicht richtig oder falsch. Er ist. Wir sind zu oft damit beschäftigt, alles zu bewerten.«

ausrichten. Der Wüstentag sei aber nur ein erster Schritt in die eigene »innere Wildnis«, betont Bruder Jan. Wer sich intensiver mit seiner persönlichen Berufung beschäftigen möchte, kann die Erfahrungen vom

Wüstentag bei einer mehrtägigen, schöpferorientierten Auszeit, der sogenannten Visionssuche, vertiefen.

Auf dem Rückweg vom Morgenbachtal in die »Zivilisation« erzählt mir Bruder Jan

von seinen Lehrern und Mentoren, die ihn ein Stück des Weges begleitet haben. Bei dem amerikanischen Franziskaner Richard Rohr OFM ist er durch die Männerinitiation gegangen. Zurzeit macht er eine Ausbildung zum Visionssucheleiter in der Tradition der »School of lost borders« (»Schule der verlorenen Grenzen«). Zuletzt war es Papst Franziskus, der Bruder Jan begeistert und inspiriert hat: »Da kommt dieser Papst und spricht von einer ganzheitlichen Ökologie – und plötzlich gehen Türen auf. Allein der Satz »Die Welt ist kein zu lösendes Problem« ist ur-franziskanisch. Heute ist das oft ein franziskanischer Übersprung: Wir gehen raus und helfen den Menschen. Aber Franziskus hat immer auch den Wunsch gehabt, kontemplativ zu leben. Er hat viel Zeit alleine in Einsiedeleien verbracht.«

Die Franziskaner sind dafür bekannt, den Armen beizustehen und die Schöpfung zu bewahren. Aber die innere Auseinandersetzung gehört für Bruder Jan untrennbar zum Kern franziskanischer Berufung. Sie ist Teil einer umfassenden Schöpfungsmystik, die Aktion und Kontemplation vereint: »Einerseits ist es die Sorge um das »gemeinsame Haus«, wie es Papst Franziskus nennt, andererseits aber auch die Erkenntnis, dass wir in den äußeren Krisen nicht bestehen können, wenn wir nicht auch die inneren Krisen in den Blick nehmen«, sagt Bruder Jan. In der franziskanischen Tradition ist die Natur weit mehr als nur eine schöne Kulisse oder ein Ort zur Erholung. Sie ist ein Spiegel, in dem wir gerade in schwierigen Phasen unseres Lebens, in Krisen- und Übergangszeiten, nach Antworten suchen können. Oder, um es mit Bruder Jans Worten zu sagen: »Die Schöpfung ist die erste »Lehrerin« in der franziskanischen Lebensschule.« ■

ANDRÉ MADAUS

Jan Frerichs mit seinen Söhnen und seiner Frau



Alle Informationen zu den Angeboten von Jan Frerichs OFS finden Sie auf seiner Website:

►► www.barfuss-und-wild.de