

Abt Franziska Heeremann, Stift Neuburg, Heidelberg

Dem Leben auf den Grund gehen – Orientierung aus der Erfahrung der Mönche

Abt Franziskus Heeremann weiß nicht, ob er Sahnehäubchen, Verdauungsschnaps oder Absacker der Fachtagung ist, aber auf alle Fälle verspricht er, ohne Powerpoint und Statistik auszukommen. Nur so viel: 14 Mönche in Stift Neuburg, Durchschnittsalter 70 Jahre.

„Jedes Handeln basiert auf Grundoptionen und Werten“, so der Abt. Was früher selbstverständlich war, ist es heute oft nicht mehr.

„Ich bin ein 68er“, bekennt Heeremann, „das war die Zeit, wo vieles weggebrochen ist“, nicht zuletzt nach dem zweiten Vatikanischen Konzil. Ein Trend, der anhält. In der damaligen Studentengeneration spielten Repression und andere Begriffe eine große Rolle, man trennte sich von den hergebrachten Wertetraditionen und es entstand laut Heeremann ein Vakuum. Die Frage, warum lebe ich und was motiviert mein Handeln, blieb immer mehr unbeantwortet. Abstumpfung war nicht selten die Folge.

Wie kann man mit einem Sinnvakuum umgehen? Konsum und Erfolg sollten die schnelle Erfüllung bringen, was jedoch nicht wirklich gelang. „Wir stellen im Umgang mit Menschen fest, dass es ein vermehrtes Suchen gibt“. Die jüngere Generation stelle sich die Frage, wo geht es hin und was brauche ich für mein Leben. So entstehe wieder die Frage nach den Werten. Das sei ein Symptom dafür, dass man sich ein Handeln ohne Werte und Normen nicht mehr so gut vorstellen könne.

„Das Mönchtum packt die Menschen irgendwie“, sagt der Abt mit einem Augenzwinkern. In jedem stecke der Wunsch, dass das Leben aus einer einheitlichen Quelle kommt und auf ein einheitliches Ziel hinaus läuft. „Das Kloster ist ein Ort zum Träumen“, weiß er, zumindest als Sehnsuchtsort in vielen Menschen. Dieses Bedürfnis gelte es wahrhaftig zu leben. Auch wenn das Leben der Mönche hart an der Realität sei und es nicht genüge, dass einem die Braut weggelaufen sei. „Die Regeln, die unser Leben prägen, sind die des Benedikt und sie wurden vor rund anderthalb Jahrtausenden geschaffen“, sagt der Mönch und zeigt das schmale Bändchen hoch.

Die Zeiten seien damals natürlich ganz anders gewesen, aber die Spätantike habe ebenfalls stark verunsicherte Menschen mit dem Bedürfnis nach Orientierung gesehen. „Benedikt wollte mit dem Orden einen Ort schaffen, wo Menschen ein sicheres Fundament finden können, so dass sie nicht zum Spielball von Trends werden, sondern auf das zugehen, was in ihrem Leben eigentlich wirklich wichtig ist“, fasst er zusammen. Benedikt wollte gezielt die Suchenden einladen, er verstand das Kloster als einen Schulort des Lebens. Das sei nach wie vor wichtig für das Selbstverständnis und das Wir-Gefühl mit allen

In einer von Medien überfluteten Welt wird es seiner Ansicht nach immer schwieriger, sich zu konzentrieren. Bei Benedikts-Regeln gebe es jedoch Hilfe durch die „Gotteslöcher“ im Tag, wie Heeremann einen anderen zu gewagten Metaphern neigenden Mönch zitiert, die zu einem Innehalten einladen und damit Struktur und Ruhe ermöglichen. Dazu kommt die Bereitschaft, über den eigenen Horizont hinaus zu leben. Das geschehe durch Liebe und Hingabe. Wie Dienen und Demut alte Worte und Werte, die aber laut Heeremann zu einem gelungenen Menschsein gehören.

Zum ganzheitlichem Leben und zur Prävention vor destabilisierenden Lebenserfahrung gehört nach Ansicht des Abts die „ordo“, eine Ordnung also. Die mache sich fest an Tageszeiten, aber auch an Hierarchie. Und die „cura“, die Sorgfalt, mit der man mit sich und seiner Umwelt umgehe. Für Heeremann geht das bis ins Materielle hinein und die Achtsamkeit im Umgang mit Geräten. „Es geht immer wieder um die Mitte in uns, die wir eigentlich nicht fassen können“.

Wichtig für Benedikt und Abt Franziskus war und ist das „gesunde Maß“. Vom Schlaf angefangen, bis hin zum Essen und Trinken sowie dem Gebet gilt das. All das sorgt für „stabilitas“, modern vielleicht für Nachhaltigkeit oder bei der Sache bleiben. Auch die „Verantwortung des eigenen Tuns“ stellt einen Wert der Mönche dar, der auch Menschen außerhalb des Klosterlebens Orientierung bieten kann. „All das geschieht im Rahmen eines Wege, wo wir Anfänger sind und auch bleiben dürfen“, bilanziert er, „auf diesem Weg erfahren wir unsere eigenen Grenzen. Das ist der Weg zu uns selbst und damit der Selbsterkenntnis“. So entstehe nicht nur Sinn, sondern auch Freiheit. „Was das alles mit Prävention zu tun hat?“ Das überlässt Abt Franziska Heeremann den anderen.