

Kleine Exerzitionenreise durch die Orte, die im Leben der hl. Klara und des hl. Franziskus eine wichtige Rolle spielten.

Monte Subasio



Gleich am Anfang geht es steil hoch – um einen guten Ausblick auf den Weg zu haben und um sich das Ziel vor Augen zu stellen ist es gut, das Gewöhnliche und gemütliche zu verlassen und einen Berg zu besteigen. Nimm nur das Nötigste mit, um den Aufstieg bestehen zu können: lass Deinen Stress, Deine Gedanken, Deine Sorgen für einige Minuten ruhen...

Oben angelangt – staune einfach über das, was Du siehst. Betrachte die Bilder, stell Dir vor, Du bist da. Schalte alle Musik aus. Stille. Sie spricht. Höre zu. Höre auf Deinen Atem, der langsam ruhig wird – atme auf, lass Dich vom Wind stören und gib ihm etwas nach...

So leicht bist Du – jetzt kannst Du in Gedanken fliegen...



Stelle Dir das Ziel vor Augen, was Du bei dieser Reise erreichen willst. Ganz konkret.
Sag es laut für dich. Das dritte Bild dient dazu –



vom Monte Subasio siehst Du das Spoleto Tal in Umbrien – und Assisi.

Genieße den Gipfel, erkunde den Ausblick und langsam, ganz langsam steige runter ins Tal nach Carceri.

"Was Du bist, lass los.

Schau und höre zu, was in Dir werden will.

Lass die Größe zu, die sich Dir schenken möchte.

Erst dann wirst Du werden, der Du bist."

(Nach hl. Klara)

Carceri

Du bist in Eremo di Carceri angekommen, eine Einsiedelei, die am Monte Subasio liegt. Geborgen zwischen 2 steilen Hängen mit weitem Ausblick in das Spoleto-Tal bietet sie genau das, was der hl. Franziskus so liebte: Einsamkeit und die Welt. Als er diesen Ort entdeckte, stand da nur eine kleine Kapelle mitten zwischen vielen Steinhöhlen, die dem Franziskus und seinen Gefährten als Einsiedeleien – kleine Klosterzellen dienten. Die Zelleneinrichtung war einfach: Die Höhle wurde mit Lehm und Stroh ausgelegt und ein Stein diente als Kopfkissen. Nur eine kleine Kerze sorgte für die nötigste Beleuchtung.

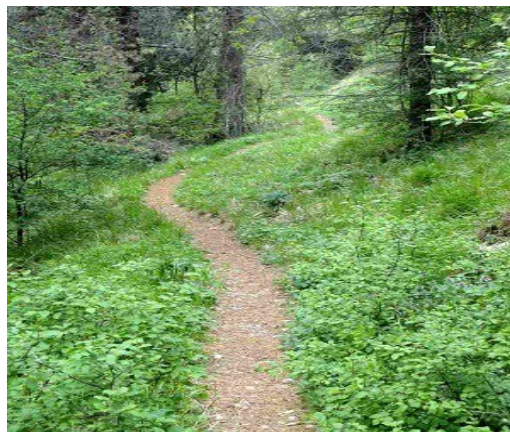
In der Stille der Einsamkeit mitten in der Natur, wo Wald, Wind, Wasser, Nacht, Tag, Höhe und Tiefe, Weite und Nähe, Kälte und Wärme, Sonne und Regen eine Einheit bilden sieht sich der Mensch eingebettet in die Mutter Erde.



Hast auch Du schon solche Erfahrung machen dürfen? Wage es jetzt auf dieser Reise. Sei aufmerksam auf die Natur, die Dir begegnet. Suche jetzt für einige Zeit Stille und Einsamkeit – habe keine Angst vor ihnen, sie führen Dich zu Dir selber. Sei Dir mal deines Körpers und seiner wahren Bedürfnisse bewusst. Lass den Geist in die Weite schauen. Und fühle Dich in das Geborgensein ein, das uns die Erde mit ihrer Natur spendet...

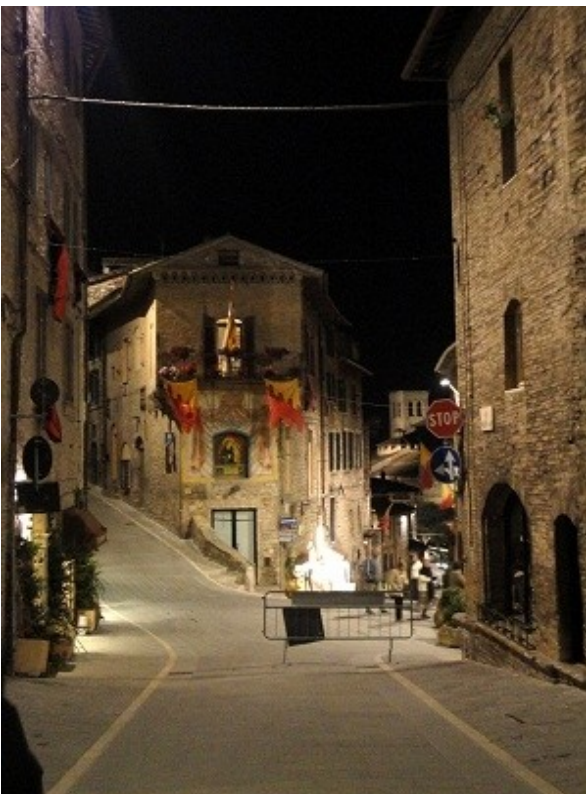
"Der Bekleidete kann nicht im Kampf mit dem Nackten siegen, denn schneller zu Boden geworfen wird, wer etwas hat, wodurch er festgehalten werden kann." Hl. Klara

Fällt Dir ein Lied ein? Oder einfache Worte?
Singe oder spreche sie zum Abschluss!
Dann geht es weiter in die Stadt "Assisi"



Assisi

Einsiedelei und muntere Stadt – Welten, die auseinander klaffen? Keineswegs! Assisi beherbergte zur Zeit von Franziskus und Klara 3 verschiedene Schichten der Bevölkerung. Das sieht man schon an dem Baustil von der Oberstadt und der Unterstadt. Auf dem Gipfel thront die Burg Rocca. Zu ihr hinauf blickte Franziskus, als er noch Hochstapler war und in die obere Schicht des Adels wechseln wollte, er wollte Ritter werden. Die laute, freudenliebende Unterstadt, wo Franziskus als Jugendlicher lebte und überaus sehr bekannt war, unterscheidet sich deutlich von der stillen, edlen und feinen Oberstadt des Adels. Da lebt Klara di Offreduccio geschützt von all dem Wirrwarr, eingeschlossen in dem Wohnturm der adeligen Wohnweise. Stille kleine Höfe mit viel Grün, sauber und mit weitem Blick über all den Schmutz der Stadt. Hier wächst aus ihr eine Frau heran, die bald ihren eigenen mutigen Weg beschreitet.



Auch Du kommst aus irgendeiner Gegend, aus irgendeinem Ort, dessen Lebensweise Dich prägte und prägt. Wie hast Du Deine Kinder- und Jugendzeit erlebt? Hast Du Dich nach Aufbruch gesehnt, oder wolltest Du gar nichts ändern...

Du bist eingeladen, mit diesen Kontrasten der Stadt Assisi in deinen Gedanken zu spielen.

In uns selber ist so eine Stadt – Feines, Edles, Stilles, aber auch Bunt, Lautes, Ausgelassenes.

Die Stadt Assisi hatte noch eine Schicht – die passte nicht in die Stadtmauer – denn um sie zu überschreiten, musste man "Jemand" werden, Fuß zu fassen, etwas leisten können...

Welche Bereiche des Lebens grenze ich aus? Die sind wichtig. Die Schicht der Armen, Kranken und Ausgestoßenen wird noch eine wichtige Rolle spielen auf diesem Pilgerweg!

San Rufino:



Klara wohnt nahe bei der Kirche San Rufino. Sie kennt sie sehr gut, denn das ist der einzige Ort, wo sie aus ihrem Wohnturm heraus darf. Nicht viel Schritte, dennoch reift gerade da die Zeit des Aufbruchs. Am Palmsonntag 1212 geht sie wie gewohnt in diese Kirche. An diesem Tag werden die Palmzweige geweiht – als Erinnerung an den Einzug Jesu Christi in Jerusalem. Da wollte ihn die Menge zum König machen, doch es kam anders. Er wurde verraten, verurteilt und hingerichtet.

Als die jungen Frauen zu den Altarstufen gehen, um sich die Palmzweige abzuholen, bleibt Klara auf ihrem Platz stehen. Da kommt der Bischof selbst die Stufen herunter, geht zu ihr und gibt ihr ihren Palmzweig. Es ist das Zeichen: Alles ist für ihren Weg vorbereitet.

(Nur das erste Bild ist von San Rufino. Andere Bilder zeigen, wie San Rufino zur Zeit Klaras und Franziskus ausgesehen hat – kahle Wände ohne Gemälde.)



"Sei eingedenk Deines Vorsatzes und blicke stets auf Deinen Anfang.
Was Du schon hältst, das halte weiter fest!" Hl. Klara

Portiuncula

Es ist die Nacht vom Palmsonntag auf Karfreitag. Klara verlässt heimlich ihre Familie, flieht aus dem Wohnturm und eilt durch die Stadt zum Tor, das der Bischof offen lässt. Sie verlässt die hohe Oberstadt, durchschreitet die Mittelstadt und entscheidet sich für ihr ganzes Leben, sich mit denen "da unten", "da Draußen" gleich zu machen. Karriere nach unten? Bereitwillig, bewusst und gewollt.



Vielleicht erlebst auch Du diese Sprünge in Deinem Leben. Vielleicht hast Du nur wenige davon bereitwillig gemacht... Da wo alle nach Oben streben, muss es auch die geben, die unten landen... Klara geht - ähnlich wie Franziskus zu ihnen, sie wechselt den Kurs. Radikal. Und sie wird es nie bereuen! Am Ende ihres Lebens spricht sie: "Herr sei gelobt, weil Du mich erschaffen hast!"

Kannst Du diesen Satz mit ihr gemeinsam sprechen? Versuche es einfach!
Und: Schwimme ab und zu gegen den Strom ;-)

In der kleinen Kirche Portiuncula erwarten Klara schon Brüder und Franziskus. In einem einfachem Zeremonial schneidet er ihr die Haare ab - Zeichen der Weihe an Gott, lässt sie eine ärmliche Kutte anziehen und nun erfüllt sich Klaras Lebenstraum: Arm und frei Christus nachfolgen zu dürfen.