

## Bern

**Niklaus Brantschen** Der 78-jährige Jesuit und Zen-Meister hat das Fasten neu entdeckt – einen verborgenen Schatz der Kirche, wie er sagt. *Markus Dütschler*

## «Wer fastet, lernt Essen und Leben wieder neu schätzen»

Er ist schlank und rank. Eine Fastenkur drängt sich bei ihm nicht auf. Wenn Niklaus Brantschen in Bern über das Fasten spricht, geht es nicht um Wellness oder Lifestyle. Der 78-jährige will «einen alten Schatz der Kirche» heben, der in Vergessenheit geraten ist. Wer weiss noch, dass der Aschermittwoch nach der Fasnacht den Beginn der Fastenzeit markiert? «Das vorgeschriebene Fasten ist tot, und das ist gut so», sagt Brantschen. Der Mensch sei das einzige Wesen, das freiwillig weniger esse und bewusst erfahre, dass er im Körper gespeicherte Eiweisse und Fette abrufen könne. So wie beim Fasten die Nahrung von innen komme, wende sich der Fastende nach innen, versuche die Wärme zu behalten und komme seelisch zu sich. «Zum Fasten gehört Stille», zitiert er den berühmten Fastenarzt Otto Buchinger, dem er sich in seinen Kursen verpflichtet weiss. In dieser Zurückgezogenheit komme der

### Wieder Montag

Begegnungen mit Menschen

www.montag.derbund.ch

Mensch zu neuen Einsichten und spüre eine neue Nähe zu allen Menschen und der Welt. «Wer fastet, lernt danach, Essen und Leben neu zu geniessen.»

Der Jesuitenpater führt den Besucher durch das Bildungs- und Begegnungszentrum Bad Schönbrunn, dessen langjähriger Leiter er war. Von hier aus sieht man in der Ferne im Dunst die Hochhäuser der kleinen Finanz- und Wirtschaftsmetropole Zug. Das Gebäude auf dem Hügel wurde 2015 umfassend saniert, derzeit ziehen die Jesuiten und das Team wieder ein. In einem Raum stapeln sich Tatami-Matten, auf denen Kursteilnehmer meditieren werden. «Da kommt eine Buddha-Statue hin», sagt Brantschen im Vorübergehen. «Das muss so sein, comme il faut.» In seiner Umgebung und weit darüber hinaus versetzt der Satz niemanden in Erstaunen. Brantschen ist seit 1999 Zen-Meister (inka shomei), ernannt vom Tetsugen Glassman Roshi. Somit darf er Zen-Lehrer ausbilden.

Brantschen praktizierte Zen-Meditation über viele Jahre in Japan beim deutschen Jesuiten Hugo Lassalle, nach dem Brantschen die Bildungsstätte benannte. Lassalle war als Missionar entsandt worden, spürte aber, dass er sich ganz auf die Umgebung Asiens einlassen soll, bis hin zur Vertiefung in die uralte buddhistische Zen-Tradition. Von ihm übernahm Brantschen die Haltung, sich nicht nur über eine andere Religion zu informieren, sondern ihre Praktiken selbst auszuüben, um sie zu erleben. Sein japanischer Zen-Meister habe ihm einmal gesagt: «Ich kann euch Zen lehren, aber ich weiss nicht, was es für euch Christen bedeutet.» Brantschen grenzt sich ab vom modischen «Instant-Zen», wie er es nennt. So habe er es auch abgelehnt, gestresste Manager mit Zen «fit zu trimmen, damit sie danach genau so weitermachen wie bisher».

Unkonventionell ist Brantschen auch auf einem anderen Gebiet. So pflegte er mit Pia Gyger, der Leiterin des Katharina-Werks Basel, eine tiefe und enge Freundschaft, jedoch so, dass beide dem Ordensgelübde der Ehelosigkeit treu blieben. Auch Gyger war

**«Ostern ist die Zusage, dass Liebe und Hingabe nicht umsonst sind.»**



Christ und Zen-Buddhist: Jesuitenpater Niklaus Brantschen. Foto: Manuela Burkart (zvg)

Zen-Meisterin. Sie starb 2014. In konservativen Kreisen fand man diese ungewöhnliche Verbindung suspekt, auch die Verbindung zur fernöstlichen Mystik gefällt nicht allen. Brantschen sagt, Rom schätze den interreligiösen Dialog, wie er im Lassalle-Haus in Bad Schönbrunn praktiziert werde. Dieser Dialog sei keine Einbahnstrasse. Er habe immer wieder mit Vertretern anderer Religionen, auch des Islams, zu tun, welche die mystische Annäherung an Gott pflegen, etwa die Sufis. Brantschen sieht die mystische Erfahrung und die Spiritualität als Weg, Gott näher zu kommen, während der «Religionsbetrieb» häufig eher dazu diene, «sich den lieben Gott vom Leib zu halten». Doch je älter er werde, desto mehr schätze er die Verwurzelung im traditionellen Katholizismus seiner Kindheit im Walliser Dorf Randa.

Fasten ist die Vorbereitung auf Ostern. Was bedeutet dieses Fest für den Jesuitenpater? «Für mich steht nicht das Leiden und der Kreuzestod Jesu im Mittelpunkt.» Dieser sei die Folge davon gewesen, dass sich Jesus radikal für die Menschen engagiert habe, besonders auch für jene am Rand. «Ostern ist die Zusage, dass Liebe und Hingabe nicht umsonst sind.» Wer sein Leben für andere hingebe, der gewinne es. Die Strahlkraft des Christentums liegt für Brantschen in der Botschaft: «Der Tod hat nicht das letzte Wort.»

Religiöse Erfahrung

### Fasten als Weg nach innen

«Fasten: das 7-Tage-Programm», «Richtig fasten», «Gesund und schlank durch Kurzzeitfasten»: Zum Fasten als Gesundheitsmethode und Lifestyle gibt es zahlreiche Ratgeber. Ursprünglich gehört es aber in einen religiösen Kontext. Laut der Bibel haben Moses, der Prophet Elia und Jesus 40 Tage gefastet. In der katholischen Kirche beginnt die Fastenzeit am Aschermittwoch (dieses Jahr 10. 2.) und dauert bis Karsamstag (26. 3.), eine Zeit der inneren Sammlung und Busse. Die Nichteinhaltung wurde im Mittelalter bestraft. In neuerer Zeit wurde das Fasten gelockert und auf Aschermittwoch und Karfreitag reduziert. Unabhängig von kirchlichen Vorgaben entdecken Christen verschiedener Konfessionen das Fasten neu als Mittel der Vergewisserung, dass man nicht immer alles braucht. Manche verzichten daher bewusst auf Süßes, Kaffee, Alkohol, Geschwätz oder Fernsehen. Auch im Judentum wird Fasten praktiziert, Muslime begehen einen ganzen Fastenmonat, den Ramadan.

Vortrag von Pater Niklaus Brantschen (SJ): *Das Fasten ist tot! Es lebe das Fasten; Haus der Religionen, Europaplatz, Bern; Donnerstag, 17. März 2016, 19 Uhr.*

### Ask-Force

## Bin ich ein Komplize der SVP?



Vor Abstimmungen erhält die Ask-Force regelmässig Fragen mit einem unüberhörbaren politischen Unterton. Weil wir vor dem 28. Februar

die Schweiz nicht noch mehr spalten wollten und uns bis zu einem gewissen Grad auch als politisch neutral betrachten, behandeln wir die folgende Frage vom 2. Februar erst jetzt.

Herr B. Sch. aus B. verknüpft in seiner Zuschrift die Kandidatenkür der Stadtberner SVP mit den Schäfchenplakaten der Mutterpartei. Dass der Berner Tierparkdirektor Bernd Schildger für die SVP als Gemeinderatskandidat antrete, erachte er als folgerichtig, schreibt Herr Sch. Denn: Die SVP möchte ihre Mitglieder und auch die übrigen Menschen in der Schweiz wie Schafe regieren – die einen als weisse, die anderen als schwarze. Da die SVP wegen dieses Anspruchs aber «bekanntlich ausserhalb des demokratischen Parteienspektrums» stehe (wir zitieren hier bloss), fragt sich Herr Sch., ob er als Demokrat den Tierpark Dählhölzli noch besuchen dürfe. «Oder mache ich mich zum Komplizen der von der SVP angestrebten Transformation der Schweiz in einen Tierpark für weisse Rasseschafe?»

Man kann sich über alles lustig machen, Herr Sch. Aber irgendwo muss man dabei doch auch Grenzen sehen. Was soll daran schlecht sein, wenn in einer

Partei, die sich Volkspartei nennt, das ganze Spektrum an Menschen zu finden ist – vom ehemaligen Bordellbetreiber über einen Tierparkdirektor bis zu einem Mitglied des Brudervereins? Das macht eine Partei doch erst menschlich. Menschlicher jedenfalls als die Grünen, die nur aus Auto-, AKW-, Fracking- und Zersiedlungsgegnern bestehen.

Und die Schafe? Wo ist das Problem? Das Lamm ist ein uraltes religiöses Symbol (Agnus Dei). Auch das Schäfchenplakat ist daher menschlich, weil auch der «andere», den wir nicht mögen, ein Lamm ist. Schwieriger würde die gutmeinende Interpretation, wenn das weisse SVP-Lämmlein eine Ziege attackierte. Ziegen symbolisieren ohne Wenn und Aber das Böse (ausser natürlich im Märchen von den sieben Geissleinen). Für den Wolf wären Ziegen so gesehen die pfefferscharfe Nahrungsergänzung. Warum dieser sich aber immer wieder in wehrlose Lämmlein verbeisst, wissen wir auch nicht.

Doktor Schildger wüsste es wahrscheinlich. Der hat nämlich zu vielen Themen die richtige Meinung. Zur Raumplanung zum Beispiel: Das Motto im Dählhölzli lautet ja seit langem «Mehr Platz für weniger Tiere». Wobei wir den alten Zeiten, als Verdichtung noch kein Schimpfwort war, ehrlich gesagt etwas nachtrauern: Da hat man all die Viecher wenigstens noch gesehen.

Die Ask-Force beantwortet auch politische Fragen: askforce@derbund.ch

### Kurz

#### Wegen Skifahrer stirbt nach Unfall auf der Lauberhornstrecke

In der Jungfrauregion verunfallte am Freitagnachmittag ein 45-jähriger Skifahrer und erlag noch am Unfallort seinen Verletzungen. Auf der Lauberhornstrecke, beim Hundschopf, war er aus noch zu klärenden Gründen von der

Piste abgekommen und 20 Meter abgestürzt. Ein Team des Pistenrettungsdienstes und ein Notarzt der Air-Glaciers betreuten den Verunfallten, konnten das Leben des Schweizers aus dem Kanton St. Gallen aber trotz sofort eingeleiteter Reanimationsmassnahmen nicht retten, wie die Polizei mitteilt. Sie hat Ermittlungen zum genauen Unfallhergang aufgenommen. (pd)

Anzeige



### Besichtigungen Seniorenwohnungen im Burgerspital

Im Burgerspital im Viererfeld vermieten wir grosszügige, helle 2½-Zimmerwohnungen und geräumige Pflegeeinzelzimmer. Die moderne Infrastruktur bietet allen Wohnkomfort. Das Angebot «Wohnen mit Dienstleistungen» und «Wohnen mit Pflege» richtet sich auch an Nichtbürgerinnen und Nichtbürger.

**Besichtigungen Donnerstag, 17. März und Dienstag, 22. März von 11.00 – 12.00 Uhr**

Anschliessend offerieren wir Ihnen ein schmackhaftes Mittagessen zum Spezialpreis von 15 Franken (Menü inkl. Dessert). Aus Platzgründen bitten wir Sie um Ihre Voranmeldung unter Telefon 031 307 66 66.

Wir freuen uns auf Sie!



Der Burgerspital

Viererfeldweg 7, 3012 Bern, T 031 307 66 66  
burgerspital@bgbern.ch, www.derbürgerspital.ch