Impuls

Fasten-Impuls Seite 1
Meister Eckhart-Tagung Seite 2
Spiritualität im Heim-Alltag Seite 3
Die Schwellenangst beim Sesshin Seite 4
Solidaritätsfonds eröffnet Wege Seite 4

lassalle haus

Lassalle-Haus | Impuls Nr. 61 | April 2019

Liebe Leserinnen, liebe Leser

Architektur der Unendlichkeit. Ein Schweizer Film lud in den vergangenen Wochen auf Spurensuche ein. Räume entdecken. Aufmerksam werden auf Räume, die uns auf etwas Grösseres, Unsagbares hin verweisen. Die Spurensuche beginnt mit einer unscheinbaren, romanischen Kirche in Frankreich, über einen Aussichtsturm in Zuoz, bis hin zur futuristischen Kapelle des Bruder Klaus von Peter Zumthor. Der Architektur ist es eigen, dass sie uns zunächst Grenzen setzt. Grenzen, die es gilt zu erkunden. Um dann zu entdecken, wie diese Grenzen durchlässig werden.

Ignatius von Loyola, der Ordensgründer von uns Jesuiten, legt grossen Wert darauf, dass wir unsere Umwelt bewusst wahrnehmen. Bis in die Meditationsübung hinein regt er an, die Räume unseres Alltages, aber auch die Räume einer biblischen Geschichte sinnlich wahrzunehmen. Wie gross, wie weit, wie tief ist zum Beispiel der Raum, in dem sich die Jünger versammeln nach der Katastrophe des Karfreitages. Und dann wahrnehmen, wie der Auferstandene durch die Wände hindurch den Jüngern begegnet und ihnen den Frieden wünscht. Könnten auch in unserem Alltag Wände plötzlich durchlässig werden? Die Erfahrung, dass sich neues Leben einen Weg bahnt, auch in den allzu bekannten Begrenzungen unseres Alltages. Das ist mein Osterwunsch für Sie.

Tobias Karcher

Fasten im Überfluss – heilsame Leere

Auf die Fastenzeit freue ich mich jedes Jahr – für mich ist es eine Zeit zum Innehalten und zu betrachten, wie ich mein Leben gestalte. Wie die meisten Menschen, die ins Lassalle-Haus zum Fasten kommen, spüre ich eine Sehnsucht, wesentlicher zu werden. Wir haben alles im Überfluss und dennoch werden Hunger und Durst nicht gestillt.

Der Verzicht auf Nahrung ist eine Art Reset-Knopf für den Körper, das den Zellen und Organen gut tut. Gleichzeitig ist da plötzlich viel Zeit zur Verfügung, die wir sonst mit Einkaufen, Kochen, Essen verbringen würden: was machen wir mit dieser «leeren Zeit»? Hier werden uns plötzlich Gewohnheiten bewusst, die unseren Alltag bestimmen: Zum Beispiel, wenn wir uns mittels Kaffee- und Zucker-«Shots» durch den Tag hangeln, oder wenn wir wie selbstverständlich jeden Gang in die Stadt mit einem Einkauf verbinden.

Seit ich in Bad Schönbrunn auf dem Land lebe, wird mir stärker bewusst, wie die Konsumwelt in mir anfängt, Wünsche zu generieren, sobald ich etwa nach Zürich fahre. Gerade in einer Gesellschaft, die so stark auf den Konsum ausgerichtet ist, braucht es einen Effort, sich zu fragen: Brauche ich das? Will ich das? Macht mich das glücklicher? Wir suchen häufig Halt und Sinn in Dingen. Wenn wir eine Zeitlang darauf verzichten, merken wir, dass es etwas Tieferes gibt, das uns trägt. Es braucht das Gefühl von Leere, bevor wir die Fülle wahrnehmen können, die uns im ganz wesentlichen Sinne nährt.

Vom gesundheitlichen Aspekt des Fastens ist für mich diese spirituelle Dimension nicht zu trennen und ebenso gehört dazu das Sensibelwerden für einen sozial-engagierten Lebensstil.

Das Fasten bietet also die Möglichkeit, einen guten Umgang mit dem Konsum zu finden: Indem ich lerne, mit weniger auszukommen und entdecke, dass ich darin eine grössere Freiheit habe. Das «weniger» macht uns sensibler für andere menschliche Realitäten, gibt uns Mut, uns bewusst herauszuziehen aus dem «Welt verbrauchen». Natürlich sind wir wohl oder übel Teil der strukturellen Gewalt, die der Erde angetan wird. Aber es gehört zu einer spirituellen, sensiblen Lebenshaltung, dass wir uns nicht leben lassen, sondern bewusst entscheiden, wo wir mitmachen und wo nicht.

Pfrn. Noa Zenger

Meister Eckhart – Anregung für das geistliche Leben

Meister Eckhart (1260–1328), wie Thomas von Aquin zwei Mal als Magister der Theologie nach Paris berufen, verstand sich nicht nur als wissenschaftlicher Theologe. Er war praktisch, organisatorisch und reformerisch als Leiter einer grossen dominikanischen Ordensprovinz tätig. Er hielt seine Predigten nicht nur in Dominikanerklöstern und sie richteten sich nicht nur an Ordensangehörige oder an Menschen mit einer religiösen Lebensform.
Meister Eckhart stellt im interreligiösen Raum heute eine allererste christliche Adresse dar. Religiös weiträumige Leseverfahren sind deshalb möglich, weil Eckhart es zum Programm erhob, die Bibel mit allgemein einsichtigen Gründen auszulegen. Da er nach dem Zeugnis der Eckhart-Legenden auch als Persönlichkeit lauter, bescheiden und offen war, galt er älteren dominikanischen Annalen als «vir doctus et sanctus» (als «gelehrter und heiligmässig lebender» Mann).
Eckhart lehrt den «Durchbruch», der den Menschen ändert, aus der Bereitschaft für ein anderes Leben (in Freiheit und Gelassenheit) heraus, und die Geburt Gottes im Herzen der Menschen, welche wiederum Gott mit ihren Gedanken und Handlungen gebären konnten. Die Nähe zwischen Gott und Mensch wird in einzigartiger Dichte beschrieben und im Zauber einer Sprache dargestellt, die Bilder immer wieder austreibt und doch überreich an Bildern ist.
Wir können «Gott» in seinen Büchern der Schöpfung und der Offenbarung lesen, seine «Gottheit» in sich selbst bleibt freilich für uns verborgen. Ein Beispiel ist die Erfahrung des Lichtes in der Dunkelheit: Selbst in der Nacht verspürt man die Wärme noch, die die anwesende Tagessonne hinterlassen hat, und man schliesst im Dunkel von der Wärme auf das Licht, aus dem man kam.

Gott ist innen
Gott ist so nicht «oben», sondern «innen». Löst sich der Mensch von seiner Selbstsucht und überlässt er sich Gottes Wirken in uns, kann er sich und die Welt neu gestalten.
Diese Inwendigkeit Gottes im Menschen wird auch so ausgedrückt, dass Gott im Menschen geboren wird. So wie Jesus historisch Mensch wurde, so wird der Mensch, indem er die Gottmenschlichkeit in seiner «Seelenspitze» befreit, für Gott so offen und ihm so zugewandt, dass er in jeder seiner Handlungen den Weg in Gottes Herz (oder seinen «Schoss») zurückfindet. Der Geburt Christi im Menschen entspricht die Geburt des Menschen in Gott.
Aus diesem Prozess, der jedem möglich ist, kann man durch die Sünde heraus geraten. Aber Eckhart hat die frohe Botschaft, dass mit jeder Reue und Busse dieser Prozess ungeschmälert wieder aufersteht.

Vom Tun und Sein
Um Eckharts Lebenslehre zu verdeutlichen, hilft die Gegenüberstellung von drei Fragen:
- Wie weiss ich, was ich zu tun habe?
- Wie will ich, was ich soll?
- Wie kann ich, was ich will?

Die letzte Frage steht für Eckhart im Vordergrund: wie kann ich so sein, dass ich das Gute und Richtige tue? Denn Eckhart war der Überzeugung, dass man anders zu sein habe, wenn man anstrebe, anderes zu tun. Das hat z. B. Erich Fromm in seinem Buch «Haben oder sein?» aufgegriffen.

Mit dieser inneren Ausrichtung versehen ist das Tätigsein ebenso adelig wie kontemplative Arten der Gottesbeziehung. Die Einheit besteht im Wirken mit Gottes Wirken: «Gott wirkt, und ich werde.» Der kontemplative Lebensbetrachter ist auch der aktive Gestalter. Man kann spirituell erst erfolgreich «üben», wenn der Sprung ins Anderssein des Bewusstseins erreicht ist. Es entspricht der Erfahrung, dass derjenige, der sich in immer neuen Versuchen etwas «aneignen» will, dann scheitert, wenn sich nicht vorher sein Wesen und damit sein Sein «umgewandt» hat.
Dietmar Mieth

Tagung «Meister Eckhart – Gott erfahren. Gott denken.»

Lassalle-Haus, 30.10.–3.11.2019

Prof. Dr. Dietmar Mieth ist Referent und wissenschaftlicher Begleiter der Tagung «Meister Eckhart – Gott erfahren. Gott denken.»

Referenten: Prof. Dr. Dietmar Mieth, Tübingen, Erfurt; Prof. Dr. Markus Vinzent, Erfurt, London; PD Dr. Donata Schoeller, Koblenz, Chicago; Dr. Irmgard Kampmann, Bochum; Prof. Dr. Martina Roesner, Erfurt; Dr. Dieter Wartenweiler, Stäfa; Prof. Dr. Christine Büchner, Hamburg

Liederabend mit Konstantin Wecker:
«Auf der Suche nach dem Wunderbaren. Poesie ist Widerstand.» 2.11.2019, 20 Uhr

Focusing

Innere Aufmerksamkeit und Entschleunigung, um Bauchgefühl und Intellekt in Einklang zu bringen

6 Wochenend-Module
von Juli 2019 bis Mai 2020
Kursleiter: Donata Schoeller, Eveline Moor, Hanspeter Mühlethaler, Klaus Renn

Informationsabende
Mittwoch, 17. April 2019
Dienstag, 23. April 2019
jeweils 19–20.30 Uhr
aki, Hirschengraben 86, Zürich

Tagung Medizin und Spiritualität

An Grenzen wachsen?
Grenzen als spirituelle Herausforderung für Heil und Heilung
Dienstag, 25. Juni 2019, 9–17 Uhr

In unsere Gesellschaft werden wir insbesondere im Gesundheitsbereich mit unseren Grenzen konfrontiert. Sind Grenzen die Voraussetzung für spirituelles Wachstum und Heil?

Referenten:
Prof. Dr. med. Giovanni Maio, Monika Obrist, Prof. Dr. med. Dipl. Soz. Tanja Krones, Dr. Werner Widmer, Prof. Dr. med. Katja Cattapan, u. a.

Soirée mit Niklaus Brantschen: Zwischen den Welten daheim – (M)ein Leben als Grenzgänger
Montag, 24. Juni 2019, 19.30–21 Uhr

Anmeldung für Tagung und Soirée unter
www.lassalle-haus.org

«Spiritualität muss in den Alltag integriert werden»

Der Lehrgang «Spiritual Care» richtet sich an Menschen aus den Bereichen Medizin, Pflege, Psychologie, Seelsorge und Soziale Arbeit, die mehr Tiefgang in ihrem Umgang mit Menschen in Krisensituationen erreichen möchten. Wie dies erreicht wird, wollten wir mit fünf Fragen an Markus Leser, Teilnehmer des diesjährigen Lehrgangs wissen.

Herr Leser, wie sind Sie auf den Lehrgang Spiritual Care aufmerksam geworden?
Ich bin bereits seit einiger Zeit Gast im Lassalle-Haus und habe diverse Kurse besucht. Da ich sehr am Haus interessiert bin, schaue ich mir die Flyer am Eingang genau an – so habe ich den Lehrgang entdeckt und gedacht «dieser Kurs ist genau der Richtige für mich».

Warum denn?
Aus beruflichen und persönlichen Gründen. Ich bin seit 33 Jahren im Bereich Alter tätig, von Haus aus bin ich Gerontologe, seit 16 Jahren engagiere ich mich bei Curaviva Schweiz im Fachbereich Alter. Hier ist das Thema Spiritualität sehr aktuell. Je älter die Menschen, desto offener sind sie für Spiritualität im weitesten Sinn. Spiritualität und Alter, das haben wir bei Curaviva Schweiz auf dem Radar, denn darin steckt noch sehr viel Potential.
Dazu kommt, dass ich in fünf Jahren selber pensioniert werde. Alter und Spiritualität sind also auch aus einer ganz persönlichen Perspektive ein Thema.

Wie können Sie Spiritualität in Ihren Arbeitsalltag einbringen?
Ich möchte den Mitgliedern von Curaviva Schweiz praktische Werkzeuge zur Verfügung stellen, um in ihren Häusern – das sind immerhin 1600 Heime im Alters- oder Pflegebereich – ein Konzept zu erarbeiten, wie Spiritualität im Heimalltag integriert werden kann. Nach dem Motto «Wie lebe ich Spiritualität in meinem Betrieb?». An vielen Orten sind bereits Ansätze vorhanden, doch es muss ja nicht jeder das Rad neu erfinden. Mitarbeitende auf verschiedenen Ebenen sollen von diesem Konzept profitieren können: Heimleiter, Pflegedienstleiter, Pflegende … Eine spirituelle Grundhaltung ist ja immer auch eine Lebenseinstellung.

Was ist das Wichtigste, das Sie bisher aus dem Lehrgang mitnehmen?
Den persönlichen Zugang zur Spiritualität zu entdecken in Formen, die ich bisher noch nicht kannte, wie Yoga oder Exerzitien. Das gibt mir den Rahmen, den ich brauche, um auch komplexe Themen im Bereich der Spiritualität anzugehen. Im Plenum wie in der Gruppe haben wir uns den wirklich existentiellen Fragen des Lebens genähert, der Austausch war sehr wertvoll. Die Referenten waren durchs Band sehr gut, und die breite Zusammensetzung der Teilnehmenden hat uns geholfen, das Thema Spiritualität in seiner ganzen Bandbreite anzugehen. Spiritualität ist immer auch interdisziplinär und weitet damit den eigenen beruflichen und persönlichen Horizont.

Wem würden Sie diese Weiterbildung ans Herz legen?
Allen, die sich persönlich weiterentwickeln wollen, Tiefgang und inneren Reichtum erreichen möchten. Nicht nur Menschen aus den sogenannt «helfenden Berufen», sondern allen, die beruflich unmittelbar mit Menschen zu tun haben – die Sensibilität, die dabei gelernt wird, ist eine grosse Bereicherung im gesamten Leben, nicht nur im Arbeitsalltag.

Markus Leser, Jg. 1959, ist seit 16 Jahren Leiter des Fachbereichs Alter bei CURAVIVA Schweiz, dem nationalen Branchenverband für Heime und Institutionen. Landesweit sind dies über 2700 Institutionen aus den drei Bereichen «Kinder und Jugendliche», «Erwachsene Menschen mit Behinderung» und «Menschen im Alter».

Der nächste Lehrgang startet im Oktober 2019

Informationen: lassalle-haus.org

Kursempfehlungen

Sesshin
Dieter Wartenweiler
Z32 | 05.–11.05.2019 | So 18.30 – Sa 09.00

Einzelexerzitien
Bruno Brantschen SJ, Heidi Eilinger
E06 | 10.–17.05.2019 | Fr 18.30 – Fr 13.00

BodyZen (BBAT und Zazen)
Marcel Steiner, Beat Streuli
Z23 | 11.– 15.05.2019 | Sa 18.30 – Mi 13.00

Yoga: Einführung in den Advaita-Vedanta
Johanna Limacher
Y09 | 17.–19.05.2019 | Fr 18.30 – So 13.30

Auszeit zur rechten Zeit
Lorenz Ruckstuhl
A02 | 23.–31.05.2019 | Do 18.30 – Fr 16.00

Tagung 100. Geburtstag von Silja Walter
Christian Rutishauser SJ, Donata Schoeller
R02 | 30.05.–02.06.2019 | Do 16.00 – So 13.30

Kontemplation: Das «Jesusjetzt» im Herzen
Noa Zenger, Ernst Ritter
K08 | 02.–06.06.2019 | So 18.30 – Do 13.00

Lassalle-Sommerfasten
Ursula Popp, Andrea Ciro Chiappa
F04 | 16. –23.06.2019 | So 17.00 – So 09.00

Spiritualität – was ist das?
Entrückt oder verrückt – der Unterschied
Michael von Brück, Christian Hackbarth-Johnson
M28 | 17.–21.06.2019 | Mo 18.30 – Fr 11.00

Nada-Natya-Yoga: Persönliche Auszeit mit Yoga und Klang
Saju George SJ, Amit Sharma
Y11 | 27.–30.06.2019 | Do 18.30 – So 16.00

JETZT – Standortbestimmung im eigenen Leben
Anna Röcker
M11 | 05.–07.07.2019 | Fr 18.30 – So 13.30

Farblust – Kunst als Weg
Jörg Niederberger
W09 | 07.–13.07.2019 | So 18.30 – Sa 13.00

Der Weg der Meditation im Yoga: Vom Umgang mit Hindernissen
Shantam Eduard Fuchs
Y06 | 28.07.–02.08.2019 | So 18.30 – Fr 13.00

Einzelexerzitien
Noa Zenger, Beat Altenbach SJ, Martin Föhn SJ
E07 | 31.07.–07.08.2019 | Mi 16.30 – Mi 09.00

Auszeit zur rechten Zeit
Lorenz Ruckstuhl
A03 | 01.–09.08.2019 | Do 18.30 – Fr 16.00

Kontemplation: Ich habe meine Insel gefunden
Christian Rutishauser SJ, Heidi Eilinger
K06 | 04. – 11.08.2019 | So 18.30 – So 13.30

Jüdische Meditation
Gabriel Strenger
R06 | 13. – 16.08.2019 | Di 18.30 – Fr 13.00

Bibel spirituell gelesen: Ezechiel und die Herrlichkeit Gottes
Gabriel Strenger, Christian Rutishauser SJ
R07 | 16. – 18.08.2019 | Fr 18.30 – So 13.30

«Es lohnt sich, die Schwellenangst zu überwinden»

Ein Erfahrungsbericht zum Sesshin zwischen den Jahren mit Niklaus Brantschen

Als ich für einen längeren Aufenthalt ins Lassalle-Haus kam, war ich noch unentschlossen, ob ich eher den Kontemplations- oder den Zen-Weg einschlagen möchte. Ich merkte zwar, dass mir die Vorstellung vom «Nichts» entspricht. Aber ein Sesshin? Auf gar keinen Fall – schliesslich bin ich unter anderem in Ausbildung zur Tanztherapeutin und bin gewohnt, die Körpersignale ernst zu nehmen. Diese sollte man hingegen bei der Zen-Meditation beobachten lernen. Dann kam das Jahresende, und das einwöchige «Sesshin zwischen den Jahren» lockte – ich war schon sehr fasziniert und hätte auch gern das Neujahrs-Ritual miterlebt. Auch hatte ich eine grosse Sehnsucht nach Stille. Im Gespräch mit Niklaus Brantschen, dem Zen-Meister und Kursleiter, erkannte dieser: «Du hast Schwellenangst» und bot mir an, ich solle die ersten 24 Stunden mitmachen und dann entscheiden.

Viele Dimensionen der Stille

Mit diesem Angebot im Hinterkopf stieg ich ins Sesshin ein, und mir wurde sehr schnell klar: keine Frage, ich bleibe. Es war eine grosse Gruppe mit 46 Teilnehmenden, und ich habe gespürt, wie mich die Gruppe mittrug: die Ruhe, die herrschte, war ansteckend. Auch die vier Assistenten trugen viel dazu bei, einen guten und sicheren Rahmen zu gestalten. So kam ich in eine immer tiefere Ruhe hinein, die Stille hat mich geführt.

Die Phasen oder Stufen auf dem Weg zur Stille halfen mir beim Verstehen, was da bei mir passiert: Stille suchen, Stille ertragen, Stille geniessen, Stille lassen und Stille sein – so erzählte es uns Niklaus Brantschen im täglichen Vortrag, dem Teisho. Bei mir kamen diese verschiedenen Stille-Qualitäten in Wellen: Ich konnte schon am ersten Tag die Stille auch immer wieder geniessen, und das erleichterte mir den Entscheid, im Sesshin zu bleiben.

Am dritten Tag hatte ich eine kleine Krise, ich spürte Widerstände in mir – doch in der Stille kommt häufig etwas ans Licht, was vorher noch im Nebel lag. Dann ist es an der Zeit, sich dem zu stellen. Und immer wieder zum Atem zurückzukehren – immer wieder neu.
Da war der Rat einer Teilnehmerin nützlich: «Bleibe mit den Gedanken im Jetzt, nur in der aktuellen Meditations-Einheit». Wenn man sich vorstellt, ach, noch fünf Einheiten sitzen, erst dann gibt es eine Pause, dann wird es schwierig. Aber 25 Minuten gehen immer.

Schlichte Rituale, tiefer Frieden

Eindrücklich war die Schlichtheit und gleichzeitig die Schönheit, wie wir das Neujahr gefeiert haben: Nach japanischer Tradition erklingt der Gong am 31.12. um Mitternacht mit 108 Schlägen – mit dem Gehen im Dunkeln ein sehr bewegendes Ritual, in dem die Verbundenheit zum Ausdruck kommt und der interreligiöse Dialog mit den Kirchenglockenklängen, die danach ertönen, zum Greifen nah ist.
In diesen sieben Tagen habe ich ein neues Level von Ruhe und Zufriedenheit erfahren, ein innerer Frieden, ein grosses Vertrauen. Ich fühlte mich gut aufgehoben und begleitet, und hatte durchgehend das Gefühl «es kann nichts passieren». Es war eine Gotteserfahrung. Und das, obwohl im Zen das «Nichts» im Zentrum steht. Das Nichts ist gleichzeitig eine grosse Fülle – es liegt alles darin.
Das Gefühl von Vertrauen hat mich auch in den Wochen nach dem Sesshin begleitet, als ich mich um eine neue Stelle bewarb und überhaupt einige Weichen neu stellte in meinem Leben. Und ja, es kam gut.
Melanie K.

Es findet sich immer ein Weg – junge Erwachsene unterstützen

«1000 Stimmen zerren an mir. Doch nicht nur Stimmen von aussen. Auch innen spricht's, und manchmal durcheinander. Der Kopf hat eine klare Idee, das Herz schlägt für etwas anderes. Das Bauchgefühl aber weist in eine dritte Richtung. Vieles spricht für sich, hat gute Argumente. Doch – was ist das Richtige für mich? Woran soll ich meinen «inneren Kompass» ausrichten?»
Gerade junge Menschen, die ihren eigenen Weg finden möchten, können mit geistlichen Übungen ihren Fragen auf den Grund gehen und Klärung erlangen. Dieses Jahr haben wir ein neues Angebot, das sich spezifisch an Menschen unter 35 Jahren richtet. Über zwei Tage und zu einem sehr reduzierten Preis werden sie in den Weg der geistigen Unterscheidung eingeführt und erhalten wertvolle Anregungen für ihre persönliche Entscheidungsfindung.
Dieses Angebot wird durch unseren Solidaritätsfonds ermöglicht. Der Fonds soll aber nicht nur Studierenden oder jungen Menschen unter die Arme greifen, sondern Personen jeden Alters einen Kursbesuch ermöglichen, sollten es die finanziellen Verhältnisse nicht erlauben.

Wir sind um jede Spende in den Solidaritätsfonds dankbar – und viele zukünftige Gäste sind es auch.
Herzlichen Dank!

Konto-Verbindung
Zuger Kantonalbank
6301 Zug
Konto lautend auf:
Lassalle-Haus
Bad Schönbrunn
6313 Edlibach

IBAN-Nr.:
CH23 0078 7000 0702 4950 9
SWIFT-Adresse:
KBZGCH22XXX