

Christliche Angebote im Domicilium



Der gemeinnützige Verein **Stiftung Domicilium** lädt seit 30 Jahren Menschen dazu ein, hier Unterstützung auf ihrem spirituellen Weg zu finden. Ein Schwerpunkt liegt dabei auf verschiedenen Angeboten aus den christlichen Traditionen, wie die im Januar stattgefundenen Exerzitien zum Jahresanfang. Regelmäßig kommt der pensionierte evangelische Pfarrer **Klaub Stüwe** nach Weyarn. An jedem ersten Sonntag im Monat leitet er eine „Feier des Lebens“, zu der alle herzlich eingeladen sind. Über sein christlich geprägtes Engagement gibt er Auskunft:

Was macht die Feier des Lebens aus?

Die Feier des Lebens wendet sich an Menschen, die mit der herkömmlichen Form der kirchlichen Gottesdienste aus verschiedensten Gründen nicht so viel anfangen können, denen manches ungewohnt ist, weil sie es nicht geübt haben oder es antiquiert finden. Deshalb gab es vor über 20 Jahren die Idee, eine Form zu finden, die möglichst offen ist und wenig kirchliche Übung

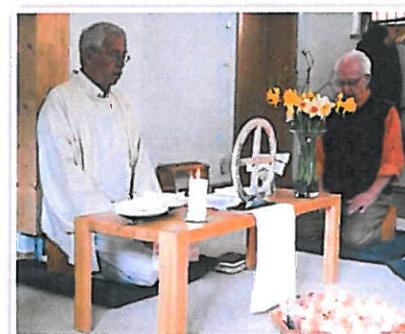
voraussetzt, die sich aber trotzdem in der Tradition weiß. Die Mahlfeyer zum Beispiel ist eine alte christliche Tradition; es ging ursprünglich um das Zusammenkommen und das gemeinsame Segnen und Teilen der Gaben. Die Idee der 'Feier des Lebens' ist es, Menschen einzubeziehen, die Gemeinschaft wollen, ein gemeinsames spirituelles Ringen um den richtigen Weg, die gemeinsam singen und das Gefühl erleben möchten, nicht allein unterwegs zu sein.

So ist also gerade der ökumenische Gedanke von Bedeutung?

Richtig! Der Grundgedanke ist der überkonfessionelle Gemeinschaftsgedanke. Und zwar ausdrücklich eine Gemeinschaft, die niemanden ausschließt. Weder Gläubige noch Ungläubige, weder Kinder noch Erwachsene. Alle, die da sind, sind herzlich eingeladen, an dem gemeinsamen Mahl teilzunehmen.

Auch Kurse zur Kontemplation werden von Ihnen angeboten; was bedeutet Kontemplation?

Kontemplation ist einfach gesagt nichts anderes als „die Übung des Gebets im Schweigen“. Das Gebet des Schweigens ist eine alte christliche Tradition, die über die Jahrhunderte hinweg immer an bestimmten Plätzen von bestimmten Gruppen geübt wurde. Jesus selbst ging ja 40 Tage in die Wüste und man kann



davon ausgehen, dass er das allein getan hat und sich bewusst zurückzog. Und wahrscheinlich bezog er sich schon auf viel ältere Traditionen. Denn das bewusste „Zurückziehen“ ist in nahezu allen Religionen eine selbstverständliche Übungsweise. Vielen ist ja die Meditation z. B. im Zen bekannt, die sich bei uns stark etabliert hat.

Der bekannte Benediktinermönch Willigis Jäger suchte nach seinem langen Aufenthalt in Japan, wo er Zen übte, ein christliches Pendant dazu – und das ist die Kontemplation. So habe ich angefangen, die Kontemplation bei ihm zu üben, bis er mich ermunterte, selbst Kurse anzubieten.

Was bringen solche Kurse den Teilnehmern persönlich?

Es geht erst einmal darum, wirklich zur Ruhe zu kommen, mal ein paar Tage im Schweigen zu verbringen, die Dinge, die einen ständig beschäftigen, einfach zur Seite zu legen und aus dem inneren Trubel herauszukommen. Das ist der erste Übungskreis. Der zweite Übungskreis geht weiter. Das Sitzen, die Stille, das Aushalten, das Suchen und Finden des inneren Friedens. Der dritte und innerste Übungskreis ist die Veränderung der eigenen Weltsicht. Über die Stille und Einkehr und den inneren Frieden kann sich eine neue Zuordnung darüber, wer Du bist und was Du bist eröffnen. Gerade bei der Kontemplation geht es um die Einsicht „Ich bin ich, aber dieses Ich ist etwas relatives, ein Teil eines großen Ganzen, ein Geschenk, mit dem ich etwas

anfangen kann, aber was mir auch Verantwortung abverlangt. Dass ich mich wahrnehme als ein lebendiger Bestandteil eines lebendigen Ganzen, welches ich nicht überschauere, aber trotzdem weiß, dass ich davon lebe. Ich bin keine Insel, sondern ich bin – um mit Willigis zu sprechen – eine Welle im Meer, ein Sandkorn am Strand. Und so eine übergeordnete Sicht macht es leichter, zu sein und zu sagen, „So wie es ist, so ist es und so ist es gut.“ Dahin zu kommen, kann ein weiter Weg sein, aber es lohnt sich, sich auf diesen Weg zu machen.

Soll/Kann man Kontemplation in das Leben integrieren?

Das ist die Grundidee. Es geht nicht darum, in die Einöde zu gehen, wo alles schön ist, und wenn man wieder zurückkommt, dann ist alles wieder weg. Es geht darum, gerade in seinem Alltag Inseln der Stille zu finden. Und immer wieder den inneren Frieden zu finden, gerade wenn es stressig ist. Da gibt es einen wunderbaren Satz vom Dalai Lama, der sagt: „Wenn du viel zu tun hast, meditiere eine Stunde am Tag. Wenn du ganz viel zu tun hast, meditiere zwei Stunden am Tag.“ Das heißt, je geerdeter und stabiler du in deinem Inneren bist, desto leichter wird es dir fallen, deine Anforderungen zu ordnen und dich nicht wegreißen zu lassen.

Was bedeutet nun die Meditation, die jeden Mittwochabend um 19.30 Uhr im Domicilium angeboten wird?

Das ist eine regelmäßige Schweigeübung, ein Gebet des Schweigens, das Sitzen in der Stille als Übung. Das Angebot ist für alle offen, egal aus welcher religiösen Richtung sie kommen. Diese Mittwochs-Meditation mit den drei Sitzzeiteinheiten je 20 Minuten ist ein überkonfessionelles Übungstreffen. Diese geistlichen Übungen in den Weltreligionen bewegen sich auf einer nicht-konfessionellen und einer nicht-dogmatischen Ebene, sondern auf einer Erfahrungsebene, einer unmittelbaren Ebene der Wahrnehmung und da gehen die Unterschiede von selbst dahin. Egal in welcher Tradition man sitzt und schweigt, da ist ein Maß an Gemeinsamkeit, da werden die Unterschiede ganz gering.

HELMUT HUBER



Öd 27
83629 Weyarn
Tel. 08020 / 17 36
Fax 08020 / 90 48 97
Mobil 0170 / 3488822

Ihr zuverlässiger Partner für:

Heizung - Sanitär - Reparaturservice
Kundendienst - Brennerwartung
Kesselaustausch - Wasseraufbereitung
Moderne Badgestaltung