

GEDANKEN SPLITTER



Noa Zenger (41) ist reformierte Pfarrerin. Sie wohnt und arbeitet im Lassalle-Haus Bad Schönbrunn, dem Bildungszentrum der Jesuiten in Edlibach ZG.

Kurse im Lassalle-Haus

Natur und Kontemplation

Zu Fuss entlang der Aare mit Reto Bühler und Noa Zenger

13.–15. Jan., Fr. 11 bis So. 15 Uhr.
Auszeit für ein Wochenende, Gepäck reduziert auf einen Rucksack – und auf gehts, gemeinsam, besinnlich. Ausdauer für fünf Stunden Wandern genügt.

Auf Schneeschuhen unterwegs mit Reto Bühler und Noa Zenger

19.–24. Feb., So. 18.30 bis Fr. 13 Uhr.
Fünf Tage eine Ruheoase in der Hektik des Lebens. «Basislager» ist das Lassalle-Haus, das Ziel die Zentralschweizer Schneelandschaft. Kontemplative Meditation im Sitzen rahmt den Tag ein. Voraussetzung: Grundkondition, um fünf Stunden auf Schneeschuhen zu laufen.

Yoga, ein Weg der Achtsamkeit Auf der Suche nach Orientierung mit Irène Fasel

13.–15. Jan., Fr. 18.30 bis So. 13.30 Uhr.
Weniger ist mehr: Mittels einfacher Yoga- und Achtsamkeitsübungen dem eigenen Körper, Atem und den Gedanken begegnen. Das Wochenende ist für Anfänger geeignet.

Richtig fasten

Lassalle-Frühlingsfasten mit Noa Zenger

5.–12 und 12.–19. März, So. 17 bis So. 9 Uhr.
Medizinisch richtig, sozial engagiert, spirituell motiviert: Beim Fasten wächst die Verbundenheit mit Mensch und Natur – mit der Luft, die wir atmen, mit dem Wasser, das wir trinken, mit der Erde, die uns ernährt.

Das **Lassalle-Haus** in Edlibach ist ein von Jesuiten geführtes interreligiöses, spirituelles Zentrum mit einem breiten **Kursangebot**, das von Zen-Meditation über Naturseminare bis zu klassischen Exerzitien reicht. Für **«natürlich»** schreiben der Jesuit **Tobias Karcher** und die Pfarrerin **Noa Zenger** abwechselnd die Kolumne «Gedankensplitter».



Erwarten ohne Erwartung

«IN DEN LETZTEN MONATEN hat sich in meinem Leben einiges verändert. Ich habe Thalwil verlassen, meine Pfarrfrauen-Stelle nach acht bereichernden Jahren aufgegeben, bin aus der stilvollen Wohnung im stattlichen alten Pfarrhaus ausgezogen. Heute arbeite und wohne ich im Lassalle-Haus, dem jesuitischen Bildungszentrum ob Zug – aussen in moderner harmonischer Architektur grosszügig angelegt, innen reduziert auf das Wesentliche. Wenn ich das Fester öffne, sehe ich statt des Zürichsees mit dicht besiedeltem Ufer die Hügel und Wälder von Bad Schönbrunn. Und wenn ich zu Fuss unterwegs bin, stosse ich bald einmal auf Fuchs und Hase, die sich gute Nacht sagen. «Und», werde ich oft gefragt, «entspricht es deinen Erwartungen?»

Meine Erwartungen? Sind sie das Kriterium für mein Ergehen? Eigentlich kommt es im Leben meistens etwas anders als erwartet. Die Gemeinschaft der Jesuiten und die spirituelle Atmosphäre des Lassalle-Hauses waren für mich ja nicht neu, ich habe bereits zuvor kontemplative Kurse hier oben geleitet; der Schritt wurde zudem von beiden Seiten sorgfältig durchdacht. Und doch gibt es das eine oder andere, das ich mir anders vorgestellt habe. Meinen Platz zu finden in einem Haus mit all seinen Abläufen braucht ganz offensichtlich mehr Zeit, als ich dachte.

Erwartungen zu haben ist wohl etwas Menschliches. Die Frage ist nur, wie ich damit umgehe: Bleibe ich an Vorstellungen und Wünschen haften oder kann ich diese ziehen lassen und mich öffnen für das Leben, wie es sich mir jetzt zeigt?

Erwartungen haben etwas mit festen Vorstellungen zu tun. Erwarten hingegen ist offen und weit. Es entspricht einer Haltung, die aufmerksam empfangend ist für Neues und eben Unerwartetes. Er-warten hat auch mit warten

zu tun. Es weist uns darauf hin, dass das, was tief und substanziell ist im Leben, oft Zeit braucht zum Gedeihen. Dabei ist Warten nicht bloss gelangweiltes Dasitzen und Abwarten. Es geht um eine in der Mystik oft beschriebene Spannung: mehr als alles vom Leben zu erwarten und gleichzeitig nichts zu erwarten.

Diese Gedanken begleiten mich in den ersten Tagen dieses Jahres. Sie stehen für eine Lebenshaltung, die ich erstrebenswert finde. Und ich frage mich: Habe ich Erwartungen oder bin ich in Erwartung? Habe ich ein Bild davon, wie sich mein Lebensweg entwickeln soll? Wie ich sein sollte? Wie andere sein müssten? Oder bin ich offen dafür, wie sich mir das Leben jetzt zeigen möchte?

Rückblickend auf meine ersten Monate hier in Bad Schönbrunn spüre ich, was in mir bereits gewachsen ist: Eine Ruhe und Kraft, die nicht nur mich stärken, sondern und vor allem auch Menschen, die ich auf einer kürzeren oder längeren Etappe begleite. Genau deshalb bin ich nach Bad Schönbrunn gekommen, bin ich Wegbegleiterin durch noch so steiniges Gelände. Und erwarte, was immer das Jahr auch bringen mag.



lassalle
haus