

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

Nichts als Farbe Malen mit

Künstler Jörg Niederberger

23.–27. April 2017, So. 18.30 bis Do. 13 Uhr
Farben bedürfen weder kluger Worte noch Deutungen – Farben wirken und befreien. Malen aus der Stille mit Künstler Jörg Niederberger: Basiskurs für Neu- und Wiedereinsteiger mit Lust am malerischen Prozess in einem kontemplativen Zusammenhang.

Zen-Tage mit ehemaligem US-Soldat im Vietnamkrieg

Ein ehemaliger Vietnamsoldat lehrt den Frieden in uns

28. April – 2. Mai 2017, Fr. 18.30 bis Di. 13.30 Uhr
Er war Kommandant einer US-Kampfhelikopterstaffel im Vietnamkrieg und hat einen langen Weg hinter sich: Claude AnShin Thomas lädt ein zu Zen-Tagen mit dem Motto «Frieden Lieben – Krieg hassen». Der Vortrag am 28.4.2017 ist öffentlich (19 Uhr, Eintritt frei, Kollekte).

Zu Fuss auf Hügel und Berge der Zentralschweiz Einkehr mit Fernsicht

19.–21. Mai 2017, Fr 11 bis So 15 Uhr
Ein Wochenende mit leichtem Gepäck zu Fuss unterwegs in der Zentralschweiz – Ausdauer für rund fünf Stunden wandern genügen. Wegbegleiter sind Noa Zenger und Reto Bühler.

Mehr Infos und Anmeldung unter
Telefon 041 757 14 14
info@lassalle-haus.org
www.lassalle-haus.org

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».



Die glücklichen Tage z'Berg

UNLÄNGST WURDE ICH VON einer Journalistin gefragt: «Wenn Sie sich selbst in drei Sätzen beschreiben sollten, was gäbe es zu sagen?» Schwierig. Probieren Sie es aus: ein Leben, drei Sätze. Gelingt es Ihnen? Mir nicht.

Meine Wurzeln liegen tief in den Schweizer Bergen – und schon ist der erste Satz aufgebraucht. Ich bin auf einem Bauernhof im Berner Oberland als mittleres von drei Kindern aufgewachsen, behütet, nüchtern, protestantisch. Beten und fromme Worte machen habe ich nicht wirklich gelernt. Aber der Dank für die Gaben des Tisches gehörte vor jeder Mahlzeit dazu; wie auch der Dank für die trockene Heuernte, die Bitte um gutes Wetter, der Segen für die Bergtour. Die glücklichen Tage z'Berg – ich kann mich nicht erinnern, je nicht gern gelaufen zu sein. Vom Baum, der Blume, dem Ameisenhaufen am Wegrand kam mir etwas entgegen, das ich nicht in Worte fassen konnte, das mich bis heute umfasst, prägt und inspiriert. Die Verbundenheit zu allem, was mich umgibt, hat ein starkes Urvertrauen gefestigt. Auf dem spirituellen Weg fängt alles mit Vertrauen an. Aus diesem Ja ist mein eigenes Ja gewachsen. Damals begann ein grundlegender Heilungsprozess, eine Liebesgeschichte – in meinem Fall mit Gott.

Und dann diese grosse Sehnsucht, auszubrechen aus den Felswänden, die die Sicht einschränken. Eine Sehnsucht nach Ganzwerden, Frieden, Präsenz im Leben – welchen Namen man auch immer dafür verwendet. Wer dem nachgeht, wird unweigerlich auf etwas stossen, das grösser ist als das eigene Ich. Irgendwo musste es für mich noch andere Horizonte geben. Ich zog weg vom Land, wurde zunächst Lehrerin, dann Theologin, später reformierte Pfarrerin. Nicht ohne Stürme des Lebens, die ich ohne spirituelle Übungswege kaum überstanden hätte. Mit guten Wegbegleitern fand

ich zu Kontemplation und Exerzitien, klar strukturierten Meditationsformen, die mir bis heute helfen, den Alltag zu bestreiten und Hagel, Blitz und Donner des Lebens zu überstehen.

Zu diesen traditionellen Übungswegen ist mir die Verbindung mit meinem Leib durch Bewegung zunehmend wichtig geworden – ich möchte mit allen Sinnen teilnehmen am Reichtum der Schöpfung und diese Erfahrung auch anderen Menschen zugänglich machen. Die Stunden, manchmal auch Tage auf einer Wanderung draussen in der Natur sind für mich unverzichtbar geworden. Wenn ich eine frische Brise im Gesicht spüre, die wiegenden Grashalme sehe, die kräftigen Bäume rauschen höre wie gestern auf meiner Wanderung durch die Hügellandschaft vor meiner Haustüre – dann bin ich frei, muss keine Gedanken mehr wälzen. Auf dem Heimweg setzte Regen ein, ich hatte den Regenschutz nicht dabei, wurde bis auf die Haut nass. Als Kind passierte mir das oft. Wie schön, dass ein milder Frühlingsregen reicht, um wieder das kleine Bauernmädchen zu sein.



lassalle
haus