

Aussteigen und die Mitte finden

Das spirituelle Zentrum – eine Oase mitten im Herzen von Zürich

Ein Erlebnisbericht von Mirjam Ott

Auf dem Weg durch mein Leben gehe ich mir immer mal wieder verloren, dann den anderen und zu guter Letzt oder zu allererst Gott. Berufliche Veränderungen, deren Konsequenzen nicht absehbar sind, die mir aber die Existenz sichern müssen, ein Alltag, dem die Rituale und Strukturen abhanden gekommen sind, eine Beziehung, die von all dem taxiert wird, Geschichten, die nicht zu Ende diskutiert werden. Zerrissenheit im Innern, zuviel Bewegung im Aussen. Gefühle des Ungenügens und der Unsicherheit plagen mich. Krampfhaft und undiszipliniert versuche ich im Gleichgewicht zu bleiben, was mir oberflächlich auch gelingt. Dennoch fühle ich mich leer und orientierungslos. Aussteigen. Zur Ruhe kommen. Aber wo? Und ist es überhaupt sinnvoll, gerade dann auszusteigen, wenn alles in Bewegung ist? Schaffe ich es überhaupt, meinen gewohnten Trott, meine Partnerschaft für eine Zeit lang zu verlassen? Dennoch: Eine tiefe Sehnsucht nach „etwas Mehr“ lässt mich einen Ort suchen, an dem ich mich zurückziehen kann.

Und ich kenne ihn ja, den passenden Ort: Das spirituelle Zentrum am Stauffacher in Zürich, mit dem Oasenzimmer, das für Menschen zur Verfügung steht, die eine Auszeit brauchen, die überlastet oder auf der Suche sind. Und ich kenne die Schwester, die das spirituelle Zentrum mitleitet und dort als Theologin und spirituelle Begleiterin Angebote schafft und Menschen im Seelsorgegespräch Raum und Zeit schenkt. Also ziehe ich mit zwei grossen Ikea-Säcken und einem Rucksack für acht Wochen in die Oase ein. In die 5. Etage des Hauses Werdgarten, dem Haus der ehemaligen Caritasgemeinschaft Zürich, an bester Lage direkt am Stauffacher.

Mein Zimmer ist ruhig. Es hat einen bequemen Stuhl zum Lesen. Einen Tisch. Ein Bett. Ein Lavabo. Es wird von den restlichen Zimmern des Hauses durch eine Tür getrennt. Im 6. Stock befindet sich eine gemütliche Bibliothek. Mit einer Fülle von religiösen, theologischen, spirituellen Büchern. Die grosse Terrasse ermöglicht mir einen Weitblick über die Stadt und an den Üetliberg. Die Kirche St. Peter und Paul wirft ihr Spiegelbild in den Fenstern der modernsten Hochhäuser im Quartier und strukturiert den Tag durch ihr Glockengeläute. Das Herzstück des Hauses ist aber die Kapelle. Nicht zu gross, nicht zu klein, rundlich gebaut, berührend schön gestaltet. Welch ein Reichtum breitet sich vor mir aus, meine Seele frohlockt. Und atmet auf. Hier wird es gehen.

Mit Freuden studiere ich die spirituellen Angebote, die direkt im Haus Werdgarten stattfinden. Meditationsabende, Bibliodrama-Samstage, Vorträge, Gebete: Die Veranstaltungen sind vielfältig und inspirierend. Ich erkunde die Umgebung und setze mich in die Trämli, die vom Stauffacher in alle Richtungen fahren. So verbringe ich einen Samstagabend mit einer kurzen Reise ins Triemli-Spital. Der einzige Mensch, der an der Endhaltestelle mit mir wieder Richtung Stadt fährt ohne auszusteigen, ist ein Alkoholiker, der schläft. Um 23.00 Uhr verköstige ich mich im Mac Donald's mit einer grossen Portion Chickennuggets.

Die Schwester lebt ebenfalls in der Oase. In ihrem einladenden, luftigen Beratungszimmer bietet sie rund um die Uhr Gespräche an. Ihre Begleitung nehme ich gerne in Anspruch, ist sie doch ein sinnvoller Teil meiner Auszeit und der Auseinandersetzung mit meinen persönlichen Themen. In grosser Aufmerksamkeit, Wertschätzung, Mitgefühl und einer hohen kommunikativen und psychologischen Kompetenz ist sie für mich da, hört mir zu und denkt mit mir mit. Sie erlebt mich in diesen acht Wochen in der Freude, in der Verzweiflung, in der Trauer, in meinen Fragen, im Lachen. Kleine Gespräche entwickeln sich auch immer wieder zwischen Tür und Angel, bisweilen plaudern wir bei einem Gläschen Wein und feiner Schoggi bis in die Nacht hinein. Diese Begegnungen sind enorm reich und nährend für mich. Zugleich darf ich mir jederzeit meinen eigenen Raum nehmen, mich zurückziehen, da die Form der Seelsorge, welche die Schwester anbietet, absolut unaufdringlich und diskret ist. Ich fühle mich getragen und als Mensch mit all meinen Facetten akzeptiert. Es ist auch möglich, sie als Mensch und in ihrer Arbeit im spirituellen Zentrum kennen zu lernen. Es tut mir sehr wohl, ihren gelebten, durchaus auch hinterfragenden Glauben zu spüren und davon zu hören.

Immer wieder gehe ich in die Kappelle, am Morgen, am Abend, aber auch in der Nacht, wenn alles still und dunkel ist. Das ewige Licht leuchtet als Hoffnungszeichen. Die Atmosphäre ist dicht, sie hilft mir, zu mir zu kommen, zu meditieren und zu beten. Mal weine ich vor Freude, mal vor Verzweiflung, mal ist es ganz ruhig in meinem Innern. Alles wird in diesem Gottgefüllten Raum aufgenommen und gehört. Es ist für mich zutiefst befreiend, entlastend, erfüllend, einfach zu sein. Sich am Morgen einer liebenden Führung anzuvertrauen und am Abend den Tag dankbar abzuschliessen und zu übergeben. In den Nächten zeigen sich tiefe, weiterführende Traumbilder. Ich schlafe viel und erhole mich an Leib und Seele.

Sicher, es ist ein unermessliches Privileg, dass mir diese Auszeit in der Oase ermöglicht wurde. Die spannende Reise führte mich zu mir selber, aber auch wieder etwas näher zu Gott. Ohne jeden Zweifel ist meine innere Zerrissenheit nicht verschwunden, ebenso wenig meine Fragen dem Leben und dem Miteinander gegenüber. Mein Leben bleibt weiterhin unplanbar und eine Überraschung. Aber ich gehe meinen Weg im tiefen Glauben, in der Hoffnung und im Vertrauen, dass er richtig ist, genau so wie er ist. Dass ich geführt und getragen bin von Mitmenschen und von einer liebenden Kraft. Dass der heilige Geist auch in meinem Leben schöpferisch wirken kann, wenn ich ihn lasse und mit ihm mein Leben gestalte. In mir hat sich ein klares „Ja“ eingestellt, als ein Mensch unterwegs sein zu wollen, der in diesem Vertrauen und in der Hoffnung lebt. Für mich selber, aber auch für meine Mitmenschen. Spürbar. Sichtbar. Hörbar. Ich sage „Ja“ zum unplanbaren Geführten. Ich durfte in diesen acht Wochen einen inneren und äusseren Reichtum wieder-entdecken, der trägt. Dafür bin ich unendlich dankbar. Und sollte mein Weg wieder einmal nebulös und schal werden, gehe ich zurück, zurück in die Oase im Haus Werdgarten am Stauffacher in Zürich. Zurück ins spirituelle Zentrum. Ein Geheimtipp mitten im Herzen von Zürich.

Uster, 31. 5. 2014

Mirjam Ott
Forchstr. 17b
8610 Uster

ottmir@yahoo.de; 078 912 26 46