



In einer Welt, die hektischer und lauter wird, braucht es Raum für Stille.

Sehnsucht nach Stille

In einer Welt, die lauter wird, braucht es Raum für Stille. Das bietet **die Pfarrei Herz Jesu Wiedikon**.

Ein runder Raum, an den Wänden Kissen und ein paar Holzstühle, in der Mitte ein Bruder-Klaus-Holzrad auf rosa-grünem Tuch. Es duftet nach Räucherstäbchen. Diakon Ronald Jenny sitzt mit verschränkten Beinen auf einem Kissen, neben sich eine Klangschale. Bald beginnt «Ich höre die Stille» der Pfarrei Herz Jesu in Zürich-Wiedikon. Fünf Frauen und ein Mann lassen sich nieder, später kommen zwei weitere Personen. Ronald Jenny grüsst und erklärt die Meditation. Es gehe darum, achtsam zu werden «uns selber, unseren Mitmenschen und der Schöpfung gegenüber». Gott gehöre dazu, denn das Göttliche befinde sich in unserem Innersten.

Mit ruhiger Stimme fordert er dazu auf, den eigenen Atem zu spüren, denn dies führe in die Spiritualität. «Atmend mich erfahren», sagt er. Kinesiologie soll dabei helfen: Erst berühren sich die beiden kleinen Finger, dann die Ringfinger, bis alle verbunden sind. Das helfe, tiefer und ruhiger zu atmen, so Jenny. Nach weiteren Übungen folgen erneut sprachliche Inputs. «Gott ist ein Gott der Gegenwart» etwa und «im langen Schweigen liegt die Kraft hören zu können».

Drei Gong-Schläge läuten eine Phase der Stille ein. Jede und jeder soll in sich hineinhö-

ren. Es kribbelt in den Beinen, lärmt im Kopf, der eine hüstelt, die andere gähnt. Die Körper lockern sich. Nach ähnlichen Abläufen ist die Stille-Stunde vorbei.

Sie habe sich gut entspannen können, sagt die vierzigjährige Frau nebenan. Die Stimme des Leiters sei angenehm, der Raum ebenso. Eine bald 90-jährige Frau ist froh um die Kontakte in dieser Runde.

Ronald Jenny liegt sein Stille-Angebot am Herzen.

Meditation und Mystik ziehe sich wie ein roter Faden durch sein Leben, sagt der Gemeindeleiter. Schon zur Zeit seiner sozialpädagogischen Ausbildung war er Teil einer Kommunität im Zürcher Niederdorf, in der neben Aktion auch Kontemplation wichtig war. Später praktizierte er als Kapuziner das Stundengebet und christliche und buddhistische Meditationsformen. Auch nach dem Klosterleben gründete und leitete er Meditationsgruppen, als Jugendseelsorger in Kloten und bei der Jugendseelsorge Zürich.

In einer Welt, die hektischer und lauter werde, brauche es Raum für Stille, ist Ronald Jenny überzeugt. Er spürt eine Sehnsucht nach Stille und Offenheit für den Geist Gottes in sich.

Regula Pfeifer freie Journalistin

«Ich höre die Stille»
Di, 6./20.3., 3.4.,
18.00 Uhr, sowie Di,
13./27.3., 10.4., 16.00 Uhr;
Herz Jesu Wiedikon
www.herzjesu-wiedikon.ch