

Interreligiöses Meditationszentrum

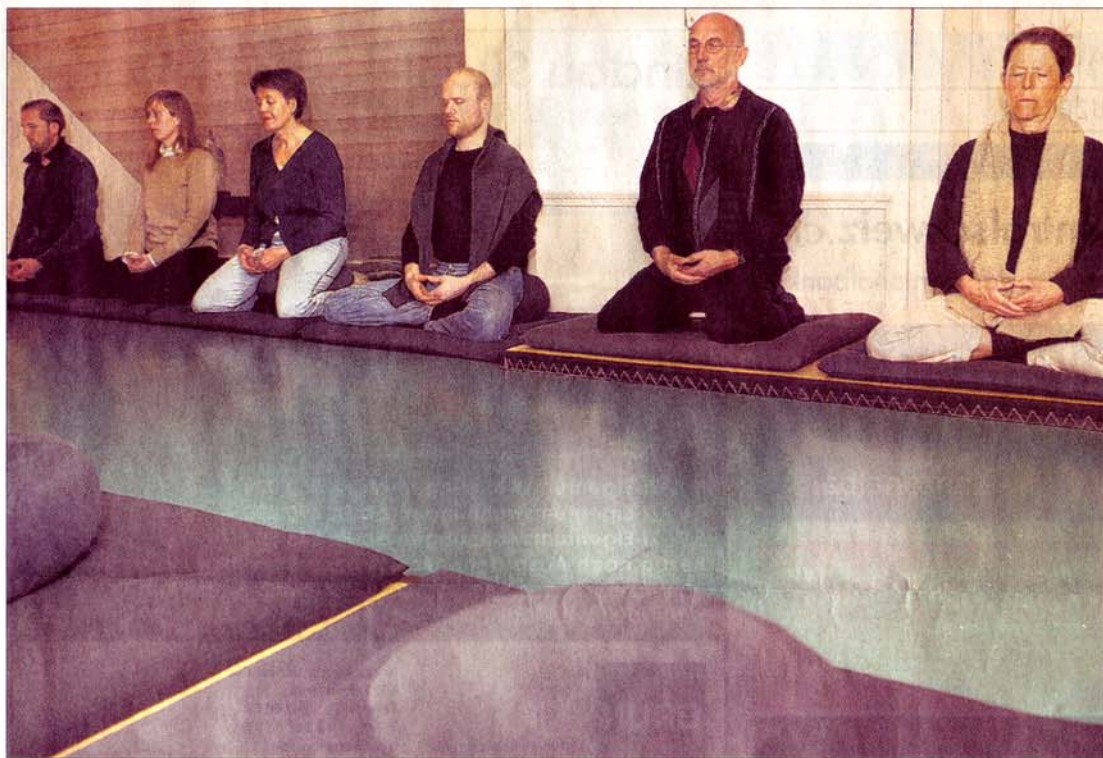
# Kraft schöpfen aus der Stille

**Öffentlich Meditieren muss kein Widerspruch sein. Das Interreligiöse Meditationszentrum in Luzern bringt damit unterschiedliche Kulturen zusammen.**

VON BENNO BÜHLMANN

Es ist Dienstagabend, kurz vor 19 Uhr: Im Meditationsraum im Dachstock des Luzerner Romero-Hauses liegt der Duft von Räucherstäbchen in der Luft. Nach und nach betritt eine bunte Schar von Männern und Frauen unterschiedlichen Alters den Raum. Sie setzen sich schweigend auf ein rundes Kissen, mit dem Gesicht zur Wand. Dann warten sie, bis das Aneinanderschlagen von zwei Holzstäben und das Ertönen des Gongs den Beginn der Schweigemeditation anzeigt.

Im hinteren Teil des Raumes befinden sich vier Altäre, an denen die interreligiöse Ausrichtung des Meditationszentrums erkennbar wird: Neben einer christlichen Ikone, einem buddhistischen Altar mit Buddhakopf und einem schamanischen Altar steht ein grosser Steinkreis als «Symbol für die Leere» für jene Menschen, die sich keiner Religion zugehörig fühlen.



Meditationsgruppe mit Leiter Gerhard Hüppi (Zweiter von rechts) und Gästen (Dritte von links: Greta Riniker).

BILD BORIS BÜRGISSER

**Täglich drei Stunden meditieren**

Es sei durchaus erwünscht, dass weitere Altäre hinzukämen, erklärt später Gerhard Hüppi, Leiter des Interreligiösen Meditationszentrums (IMZ): «Gerne würden wir auch einen hinduistischen, jüdischen und islamischen Altar einrichten, doch im Moment gibt es noch niemanden in unserem Zentrum, der dieser Tradition angehört.»

Die meisten der an diesem Abend anwesenden Personen stammen aus einem christlichen Kontext. Sie haben jedoch auf ihrer Suche nach neuen Formen der Spiritualität die Meditationspraxis des Zen-Buddhismus kennen und schätzen gelernt. Einen wichtigen Bestandteil des Tagesablaufs im IMZ bilden die drei Stunden Schweigemeditation, die von den Bewohnern des Zentrums täglich praktiziert werden: morgens von 6.30 bis 8 und abends von 19 bis 20 Uhr, während zur Mittagszeit die Meditation kürzer ausfällt. Jeden Dienstag und Donnerstag gibt es Schweigemeditationen, die offen sind für Gäste von aussen.

Zu den Gästen zählt Greta Riniker aus Meggen, die einmal pro Woche das Zentrum besucht. Die pensionierte Kunsttherapeutin arbeitete früher in einer psychiatrischen Klinik und pflegt

**ZENTRUM**

## Meditation verbindet

Seit Oktober 2006 hat sich eine Gruppe von Männern und Frauen – darunter Buddhisten, Christen und Agnostiker – im Luzerner Romero-Haus mit dem Interreligiösen Meditationszentrum Luzern (IMZ) eingemietet. Ziel ist es, Alltag und Spiritualität zu einer Einheit werden zu lassen: «Auf dem spirituellen Vertiefungsweg nach innen bildet die Schweigemeditation das verbindende Element der verschiedenen religiösen Traditionen», ist Anna Gamma überzeugt. Sie ist Zen-Lehrerin und wirkt als spirituelle Leiterin des IMZ. bbü

**HINWEIS**

► Informationen zum Interreligiösen Meditationszentrum Luzern: [www.imzl.ch](http://www.imzl.ch) ◀

seit Jahren die Meditationspraxis des Zen-Buddhismus: «Ich bin überzeugte, praktizierende Protestantin, schätze den Zen-Buddhismus aber als Ergän-

zung für meine Spiritualität. Durch diesen Weg kann ich mich darin üben, mich zu konzentrieren und leer zu werden.»

**Verständigung unter Religionen**

Ähnliche Erfahrungen hat Clemens Breitschaft gemacht, der in Luzern als Psychologe arbeitet: «Gerade weil in meinem beruflichen Alltag viel läuft, ist es für mich wohltuend, hier eine Kultur des Innehaltens praktizieren zu können.» Darüber hinaus schätzt Breitschaft den Austausch mit den Bewohnern des IMZ: vier Frauen und drei Männer im Alter von 35 bis 70 Jahren, die im Romero-Haus eine Wohngemeinschaft bilden.

Sie teilen die Hausarbeiten untereinander auf und gehen ausserhalb des Zentrums einer beruflichen Tätigkeit nach. «Es geht nicht nur darum, den Weg nach innen zu gehen», sagt IMZ-Leiter Gerhard Hüppi dazu: «Wir möchten unsere spirituelle Haltung auch auf unserem Weg nach aussen in die tägliche Arbeit einfließen lassen.»

**EXPRESS**

- Im Meditationszentrum treffen sich Menschen, um gemeinsam Stille zu suchen.
- Die öffentlichen Treffen stehen nicht nur Gläubigen aus allen Religionen offen.

Darüber hinaus soll das Zentrum einen Beitrag zur Verständigung unter den verschiedenen religiösen Traditionen leisten. Diesem Ziel dienen öffentliche

**«Der Zen-Buddhismus ist eine wunderbare Ergänzung für meine Spiritualität.»**

GRETA RINIKER, PROTESTANTIN

Veranstaltungen, an denen in die mystischen Wege der verschiedenen Traditionen eingeführt wird. So stellte im Januar ein Sufi-Lehrer im IMZ diese mystische Tradition im Islam vor. «Die Begegnung mit dem Sufismus war für mich eine ganz neue Erfahrung», erzählt Clemens Breitschaft: «Die Religionen können nur zu einer Einheit in der Verschiedenheit finden, indem sie sich kennen lernen.»