

KONTEMPLATION UND MYSTIK DIGITAL

Herausgegeben vom Würzburger Forum der Kontemplation (WFdK)
in Zusammenarbeit mit der Kontemplationslinie Wolke des Nichtwissens - Willigis Jäger



Liebe Leserinnen und Leser

Durch diese Ausgabe der KuM-digital zieht sich das Wort „gentle“, sanft, wie ein roter Faden. Thomas Keating führte Sanftmut als wesentlichen Zugang zur Kontemplation ein, das Erleben derselben ermöglichte die Fortbildung.

Die Einladung zu Behutsamkeit und Freundlichkeit wirkt im derzeitigen Kampfgeschrei der Welt wie ein stiller Ruf nach Besonnenheit durch das von uns geübte und gelehrt Innewerden. Diese Haltung des grundlegenden Wohlwollens fächert sich in konkrete Beispiele auf, dargestellt in Impuls, Portrait und der Vorstellung des Praxisortes.

Wir hoffen, dass die Texte dazu angetan sind, diese wichtige Herzensqualität zu stärken.

Für die Redaktion
Elisabeth Müller



AUSGABE 5 - Inhalt

April 2024

Impuls

... **ein sanftes Tun**
von Andreas Speth

Gewöhnliches Leben – außergewöhnliche Liebe

Tagung zur **Mystik im Alltag**
von Thomas Keating
mit *Link zum Vortrag* von
Prof. Kristina Kieslinger

Fortbildung zum
Centering Prayer
mit *Link zu Bericht und*
persönlichen Erfahrungen

Portrait

„**Ich wollte das Heilige
weitergeben ...**“
Portrait von Roswitha Gerwin

Ort der Praxis

Raum für Spirituelle Wege
Berlin-Friedenau

Gut zu wissen ...

Willkommen und Abschied

Umgang mit Macht
Verhaltenskodex des WFdK

Termine

Bildnachweise

Impressum und Kontakt

Dieses Gebet ist ein sanftes Tun

... von innen heraus verändert werden

Bei der diesjährigen Tagung und Fortbildung zum Centering Prayer hat mich das Wort *gentle* sehr berührt. Immer wieder tauchte es auf. Die ersten Zeilen vom „Willkommensgebet“ lauten: „*Gently become aware of your body and your interior state. Behutsam* werde dir deines Körpers und deines inneren Zustandes bewusst.“ In den Anleitungen zum Zentrierenden Gebet heißt es: „Wenn du von deinen Gedanken abgelenkt wirst, kehre *behutsam* zum Heiligen Wort zurück.“ An anderer Stelle sagt Thomas Keating: „Dieses Gebet zu üben ist kein Nichtstun. Es ist ein *sanftes* Tun.“

Wie kommt es, dass mich das Wort *gentle* so berührt? Allem Anschein nach ist das sanfte und behutsame Tun bisher nicht die vorherrschende Art, wie ich mir selbst begegne. Von meiner Kontemplationslehrerin Luitgard Tusch-Kleiner habe ich noch die Erzählungen im Ohr, wie streng ihre Sesshins bei Pater Hugo Lassalle anfangs waren. Ihr wurde es wichtig in das christliche Zen, wie es damals hieß, die Leibarbeit mit einfließen zu lassen. Nicht mehr nur zu sitzen, egal wie stark die Schmerzen sind. So habe ich es von ihr kennengelernt und übernommen. Auch die Anleitung, wenn die Gedanken abschweifen, zu meinem Wort oder zum Atem zurück zu kehren. Ja, und jetzt höre ich bei Thomas Keating: „Tue es *gently*, tue es behutsam!“ Das berührt meine Seele.

Die zentrale Aussage von Jesus ist für mich: „Liebe Deinen Nächsten wie Dich selbst.“ Hier wird die Liebe zur Grundlage der Begegnung mit sich selbst und mit anderen Menschen. Wie geht das, sich selbst und anderen in Liebe zu begegnen? Die Voraussetzung ist ein freundlicher, behutsamer, sanfter, liebenswürdiger Umgang mit mir selbst. Alle genannten Adjektive sind mögliche Übersetzungen von *gentle*!

Es ist leichter mit sich freundlich umzugehen, wenn alles „richtig“ und „gut“ läuft. Schwierig wird es, wenn wir scheitern oder mit Problemen und Leid konfrontiert werden. Dann entstehen auch oft beim Meditieren automatisierte, abwertende und beurteilende Gedankenmuster. Dies erfordert besondere Wachheit. Nimm es wahr, aber beschäftige dich nicht damit. Und kehre wieder zu deiner Übung zurück. Ich darf es behutsam tun, ohne Anstrengung. Genauso ist es, wenn schwierige Gefühle auftauchen. Nimm sie wahr und lasse sie behutsam wieder gehen. Eine weitere große Herausforderung beim Meditieren sind beim Sitzen auftauchende körperliche Schmerzen, die so stark werden können, dass wir glauben, sie nicht mehr aushalten zu können. Glücklicherweise geschieht dies bei mir nicht oft. Was hilft mir in solchen Situationen? Ich lasse meinen Atem sanft an diese Stelle fließen und versuche wieder in meine Übung zurückzukehren. Und, ohne dass ich es bewusst wahrnehme, ist irgendwann der unerträgliche Schmerz erträglich geworden oder hat sich ganz aufgelöst.

Jeder Augenblick, in dem wir mitfühlend und liebevoll mit uns selbst sind, verändert uns von innen heraus.



Andreas Speth

Facharzt für Kinder- und Jugendpsychiatrie
und Psychotherapie
Kontemplationslehrer WFdK und WdG

Gewöhnliches Leben – außergewöhnliche Liebe

Die Mystik des Alltags bei Thomas Keating



Die Referentin der diesjährigen Tagung, Prof. Dr. Kristina Kieslinger, berichtete zunächst aus dem Leben Thomas Keatings, der 1923 in New York geboren, als Trappistenmönch in den USA lebte. Das 2. Vatikanische Konzil hatte sein Anliegen bestärkt, spirituelle Inhalte der christlichen Tradition Menschen auch außerhalb des Klosters zugänglich zu machen. Im Rückgriff auf die spätmittelalterliche Schrift der „Wolke des Nichtwissens“ entwickelte er mit zwei weiteren Trappisten eine kontemplative Gebetsform, die sich später „Centering Prayer“ nannte und sich in den Vereinigten Staaten in Einkehrtagen und Workshops verbreitete. Dafür übten die Brüder zunächst selbst TM und nahmen Impulse aus östlichen Meditationspraktiken auf. Sie beschrieben die Wirkungsweisen mit Konzepten der damaligen Psychologie, standen in freundschaftlicher Beziehung zu Ken Wilber, arbeiteten z.T. mit dem Enneagramm und kooperierten mit den Anonymen Alkoholikern mit ihrem 12-Schritte-Programm. Thomas Keating veröffentlichte zahlreiche Bücher. Darin warnte er, dass Meditation zu einem erstklassigen Betäubungsmittel werden könne. Es gehe aber im Gegenteil darum, das Leben und die Gesellschaft mit zu gestalten.

Am Samstagvormittag führte uns die Referentin durch die Fragen „Was ist Alltag?“ und „Was ist Mystik?“, um am Nachmittag die Frage „Was ist Liebe?“ aufzugreifen. Es gab ausreichend Raum für Rückfragen und Austausch im Plenum, für kleine Übungen sowie für das Gespräch in Kleingruppen.

3

Beeindruckt waren die Teilnehmenden von der Offenheit Keatings. Den Alltag vergleicht er mit einem Stummfilm. Wenn wir in die kontemplative Dimension eintauchen, komme eine Dimension dazu wie eine Tonspur, die alles lebendiger und verständlich macht. Dabei versteht er die verschiedenen Zugänge der christlichen Mystik nicht als sich ausschließend. Vielmehr beantwortet er die Fragen nach einem rationalen oder emotionalen Zugang, einer gegenständlichen oder ungegenständlichen, einer personalen oder nicht-personalen Gotteserfahrung mit einem „Sowohl als auch“: Gott könne sich in allem zeigen, sagt Keating. Er ist „Das, was ist“ (*that, what is*) und gleichzeitig der Vater Jesu Christi. Im Nicht-Festhalten und -Besitzen (*non-possessiveness*) der Konzepte und des jeweiligen Ausdrucks der Gotteserfahrung entfaltet sich ein prozesshaft-dynamisches Gottesbild, das immer neu die Nicht-Identifikation von uns fordert – zuletzt auch die Nicht-Identifikation mit der Nicht-Identifikation.

Zentral ist für Keating allerdings die Liebe als Wesen Gottes und als unser wahres Wesen. Die Ursache der ungerechten und krankmachenden Strukturen unserer Gesellschaften sieht er in der Illusion, voneinander getrennt zu sein und im Festhalten an den eigenen Egomustern. In der Praxis des zentrierenden Betens werden die eigenen Prägungen und Identifikationen bewusst und es wird möglich, über sie hinaus zu gehen: in ein „*com-pan-ioning*“. In diesem Ausdruck erkennt Keating das Wort *pane*, Brot. Im Ritual der Eucharistie wird das gemeinsame Essen von Brot zum Akt, Leben und damit auch Leiden miteinander zu teilen. Es erfordert von uns, „den Mund auf zu



Prof. Dr. Kristina Kieslinger promovierte zu Thomas Keating und lehrt an der Katholischen Hochschule Mainz zu Spiritualität und Ethik. Sie praktiziert selbst Kontemplation.

Zentral ist die Liebe als Wesen Gottes

machen“ - im Empfangen von geschenktem Leben, aber auch als Positionierung im Eintreten für diejenigen, die zu Opfern wurden.

Nach der Einführung in die Lehre Thomas Keatings folgte die Einführung in die Praxis des Centering Prayer, das im Deutschen auch als „Gebet der Sammlung“ übersetzt wird. Zur Sammlung kann die Beachtung des eigenen Atmens dienen oder ein innerer Blick (*inward glance*) auf die Göttliche Präsenz. Vor allem jedoch wird ein kurzes Wort empfohlen, das zum „Symbol“ wird für die „Intention, der Präsenz und dem Wirken Gottes im eigenen Inneren zuzustimmen“. Jedes selbst gewählte, gewöhnliche Wort wird dadurch für die bzw. den Betenden zum „Heiligen Wort“.

Das Centering Prayer führt in das kontemplative Gebet, in das „Ruh in Gott“. Keating grenzt es jedoch auch von einer Technik ab, wenn er sagt, es gehe nicht um „*attention*“ (Aufmerksamkeit), sondern um „*intention*“ (Absicht). Auf Nachfragen und Widerspruch der Teilnehmenden zu der Vorstellung, „absichtsvoll“ zu meditieren, war die Referentin vorbereitet und lud zu einer Arbeit in Zweiergruppen ein. In ihr suchten die Teilnehmenden abwechselnd in einem Monolog und dem anschließenden Austausch Antworten auf die Frage: „Mit welcher Intention gehe ich in die Stille?“. Die Übung machte deutlich, dass jeder kontemplativen Praxis der Entschluss vorausgeht, das eigene Tun und Wollen zurückzulassen und eine Haltung der Offenheit einzunehmen. Sie ist Zustimmung (*consent*) zu dem, was in umfassenderer Weise heilsam im eigenen Inneren geschieht.

4

AFr

Signet der von Keating
gegründeten Organisation
„Contemplative Outreach“



Der **Vortrag von Prof. Kristina Kieslinger** ist in überarbeiteter Form [hier](#) auf der Website der WFdK eingestellt.

Die beiden Bücher von Thomas Keating, die ins Deutsche übersetzt wurden, sind z.Zt. nur antiquarisch erhältlich. **Informationen** in Deutsch finden sich unter www.centering-prayer.org und www.contemplativeoutreach.org/de/ und bei Youtube vor allem auf dem Kanal coutreach. Ein **Faltblatt** mit einer komprimierten Anleitung zur Praxis des Centering Prayer („cp-german-8.pdf“) kann unter www.centering-prayer.org/materialien/ heruntergeladen werden.

„Intention“ und „Consent“ als Lebenshaltung

Bericht von der Fortbildung zum Centering Prayer

„Centering Prayer ist eine stille, rezeptive Weise zu beten. Es bedeutet einfach, in die eigene Tiefe zu sinken im Schweigen, nichts zu sagen, nichts zu bitten, einfach nur Gott zu erlauben, mit uns zu sein. Während der Gebetszeit vollzieht sich ein Heilwerden von den Wunden des Lebens ...“



Die **Referentin Maria Reichel**, Pfarrerin und theologische Vorständin des Klosters Schwanberg und Kontemplationslehrerin des WFdK, vertiefte die Grundlagen des Centering Prayer, seine Bezüge zu biblischen Texten und zur christlich-mystischen Spiritualität sowie seine psychologischen Implikationen und Wirkungen.

Besonders die Behutsamkeit der Anleitung zu dieser Meditationsform sprach die 13 Teilnehmenden der Fortbildung an: Anders als in der „Wolke des Nichtwissens“, in der es das Bild des Speers gibt, mit dem die Übenden in die Wolke des Nichtwissens eindringen sollen, spricht Keating von einer Feder, die auf ein Stück Watte gelegt wird - ein Bild, das auf das Zurücktreten der eigenen Ichaktivität verweist.

Das Centering Prayer ist von Grund auf ein Beziehungsgeschehen, das sich auf Gott ausrichtet als dem „tiefste(n) Geheimnis jenseits von Gedanken, Worten und Gefühlen“. Es will zur Erfahrung eines bedingungslosen Angenommenseins führen, auf dessen Basis eine behutsame Auflösung von lebensfeindlichen Mustern geschieht, sodass Keating von einer „Göttlichen Therapie“ (*divine therapy*) spricht. Da etliche aus dem Teilnehmendenkreis als Therapeuten arbeiteten, wurde immer wieder nach Konzepten und Sprache gefragt. Thomas Keating war sehr daran gelegen, die mystische Dimension in christlichen Begriffen und liturgischen Abläufen wieder erlebbar zu machen. Später ging er über christliche Begriffe hinaus, war sich aber stets der Vorläufigkeit allen Sprechens bewusst.

Ein besonderes Erlebnis ermöglichte die Referentin durch eine Zoom-Schaltung zu Jim McElroy in Missouri, dem derzeitigen Leiter der zur Verbreitung des Centering Prayers gegründeten „Contemplative-Outreach“-Organisation. In großer Offenheit stellte er sich den Fragen der Gruppe und leitete sie zuletzt zum „Willkommensgebet“ an, das als Ergänzung zum Centering Prayer entwickelt wurde.

Am letzten Abend wurden Ausschnitte aus Filmen mit Keating gezeigt. Darunter ein Video, in dem er in liebevollem Humor auf die Entstehung der Centering Prayer - Bewegung zurückschaut. Die Präsenz und stille Heiterkeit, die er ausstrahlte, ließen später auch in seinen Texten seine tiefe Freude spüren, wenn er von der Gegenwart Gottes, zu deren Erfahrung er Zeit seines Lebens einlud, schreibt: „Diese Gegenwart ist unvorstellbar groß, aber doch so einfach, Ehrfurcht gebietend, aber doch so freundlich, grenzenlos, aber doch so intim, zärtlich und persönlich. Diese Gegenwart heilt, stärkt, erfrischt - nur durch ihre reine Gegenwart“. Doch auch sein großer Ernst wurde vernehmbar in seinem Satz: „Die Menschheit als Ganzes braucht einen Durchbruch in die kontemplative Dimension des Lebens“.

Ein **ausführlicherer Bericht** der Fortbildung ergänzt mit **persönlichen Erfahrungsberichten** von der Theologin Giselheid Bahrenberg und dem Psychiater Andreas Pernice können [hier](#) abgerufen werden.

„Ich wollte das Heilige weitergeben ...“

Portrait von Roswitha Maria Gerwin



„Ich wollte weitergeben, was ich von Kindheit an in mir trug: das Heilige, das schon da war“, erzählt sie. Ich lernte Roswitha Maria Gerwin in den 1990er Jahren beim Säubern der Bücherregale im Kloster des Hauses St. Benedikt kennen. Seitdem verbindet uns eine besondere Nähe. Damals waren wir beide Hausgäste und verstanden uns auf Anhieb, was bei Roswithas offenem Wesen leichtfällt. So verwundert es auch nicht, welche vielfältigen und bedeutenden persönlichen Beziehungen sie im Laufe ihres Lebens zu knüpfen vermochte.

Die heute 81jährige ist u.a. Yogalehrerin BDY/EYU und Kontemplationslehrerin des WFdK. Sie wuchs auf einem Bauernhof im Sauerland auf und lernte früh zuzupacken. Religiöses Nachfragen war in dieser Umgebung, trotz der Pfarrer und Ordensleute in der Verwandtschaft, nicht gern gesehen, sie tat es dennoch, wie sie lachend sagt und ohne Groll hinzufügt: „Natürlich bekam ich keine Antworten.“ Als Fünfzehnjährige kam sie in die Klosterschule Mariahilf bei Bonn und bezeichnet die dortigen Stillezeiten als ihre erste Prägung für später. Ihre brennenden Glaubensfragen blieben indes auch hier unbeantwortet. Damals begann sie zu schreiben und trug eigene Gedichte und Geschichten öffentlich vor, außerdem spielte sie viele Jahre Theater auf der heimatlichen Freilichtbühne.

Ihre künstlerische Begabung mündete in eine Lehre zur Schaufenstergestalterin, die ihr den Weg in die Freiheit von Familie und Kirche öffnete, als sie mit knapp 19 Jahren nach Münster zog und auf eigenen Beinen stand. Parallel zu ihrer ersten Berufstätigkeit schrieb sie sich in der Werkkunstschule ein und folgte ihren Tanz- und Theaterambitionen auch in Offenbach und Düsseldorf. Finanziell sei das häufig ein Balanceakt gewesen, gesteht sie.

Sie heiratete mit 23 und bekam rasch hintereinander drei Töchter, zu denen sie bis heute ein inniges Verhältnis pflegt. Während ihrer Familienzeit in Mülheim an der Ruhr unterrichtete sie Tanz, Rhythmik und Bewegungserziehung, wofür sie zuvor zwei Jahre die Akademie Remscheid besuchte sowie Ausbildungen an den Sportschulen Münster und Köln absolviert hatte. Als ihre Jüngste mit einem spastischen Geburtsfehler zur Welt kam, nahm Roswitha dies zum Anlass, auch mit körper- und geistig-behinderten Kindern zu arbeiten. „Ich glaubte an die Fähigkeiten, die mir oft intuitiv zufließen.“ Ihr mütterlicher Einsatz blieb nicht unbelohnt, denn die Tochter ist heute Tänzerin und tritt unter den Größeren der Branche auf. Es folgten Tätigkeiten in Kirchengemeinde und Schule als Sportlehrerin. Bald kam der meditative Tanz dazu und Roswitha wäre ihrem Drang, selbst etwas zu erschaffen, untreu geblieben, hätte sie nicht eigene Tänze choreographiert, wie das bewegte Vaterunser und das getanzte Leben der heiligen Irmgard und Mysterien zu Ostern und Weihnachten, um diese auf Kirchentagen, in Klöstern und Kirchen anzuleiten.

Diese erfüllenden Aufgaben standen im starken Kontrast zu Roswithas familiären Belastungen, denn sie musste sich von ihrem Mann trennen. Damit sie mit den drei Töchtern gehen konnte, verzichtete sie wider besseres Wissen auf jeglichen finanziellen Ausgleich, obwohl ihr Mann wohlhabend war und es gemeinsamen Grundbesitz gab und zog in eine Art WG. Zu ihrem Glück war Roswitha sehr gut vernetzt und bekam nach der Trennung viel Hilfe, auch therapeutische für sich und die Kinder, die 8, 10 und 12 Jahre alt waren. Sie trug die finanzielle Hauptlast für die Familie und begann nach ihrer vierjährigen Ausbildung zur Yogalehrerin BDY/EYU mit Kursen. Ihre Yoga-Lehrerin Helga Peters förderte sie und schlug sie bald als Referentin vor, auch beim Internationalen Yogakongress

in der Schweiz. Dort lernte Roswitha die berühmte Schauspielerin und Yogalehrerin Indra Devi kennen. Als sie 1989 ihre von BDY und EYU anerkannte Integrale-Yogaschule für Aus- und Weiterbildung gründete, die sie 30 Jahre mit zahlreichen Referenten zusammen leiten sollte, reiste zu ihrer Freude Indra Devi aus Argentinien an und eröffnete diese.

Ebenfalls durch Helga Peters lernte sie Pater Johannes Kopp kennen, der sie fragte, ob sie in den Kursen des Jesuiten und Zen-Meisters Pater Hugo Enomiya-Lassalle die Körperbildung übernehmen könne. P. Lassalle war einer der Wegbereiter für die Annäherung von Zen und Christentum in Deutschland. Als P. Kopp zur Zen-Ausbildung nach Japan ging, übernahm Roswitha seinen Platz als Assistentin von P. Lassalle. Das sei die wichtigste Zeit ihrer Prägung in Meditation gewesen, schwärmt sie. Sie hatte engen privaten Kontakt zu P. Lassalle, an dessen Kursen berühmte Leute, auch aus dem Ausland, teilnahmen, darunter Musiker und Künstler. Das passte gut zu Roswithas Neigungen, zumal P. Lassalle künstlerisch sehr interessiert war. Er ließ sie intensiv teilhaben an seinen Reiseeindrücken aus Japan und Indien. Lassalles Verehrung für Sri Aurobindo übertrug sich auf Roswitha, so dass sie bis heute seine Lehre in ihre Kurse einbindet. Da P. Kopp viel verreist war, fragte man der wachsenden Nachfrage wegen Roswitha, ob sie Meditationskurse halten könne. So wurde sie, die an sie herangetragene Herausforderungen nie scheute, ohne weitere Voraussetzungen von P. Lassalle dazu autorisiert. „Ich wusste ja nicht viel darüber, hatte auch kaum etwas dazu gelesen“, schmunzelt sie. Abends tauschte sie sich mit P. Lassalle über die Teilnehmer aus, auf die Entfernung führte sie mit ihm einen Briefwechsel.



Doch als sie eines Tages Pater Willigis' erstes Buch in die Hand bekam, spürte sie gleich, dass sie zu ihm musste. P. Lassalle ahnte das, als er bald darauf verschmitzt äußerte: „Ja, man wird nach Würzburg gehen“. Anfang der 1980er Jahre kam Roswitha also ins Haus St. Benedikt zu P. Willigis. Er nahm sie sofort als Schülerin an, ohne dass ihr überhaupt bewusst war, ihn darum gebeten zu haben. „Ich war harmlos und wusste nicht, wie mir geschah“. Zu P. Lassalle knüpfte sie eine Herzensverbindung, er war ihr Ausgangspunkt, doch P. Willigis war mit großem Abstand ihr wesentlicher Lehrer, der sie Jahrzehnte führte, ohne sie zu führen. Er beauftragte sie als Kontemplationslehrerin, Lehrerin für Integrale Spiritualität und Begleiterin für Zen, nachdem sie die gesamte Zen-Ausbildung mit sämtlichen Koans absolviert hatte, worauf sie schon im Haus St. Benedikt begann Kurse in Zen und Kontemplation zu halten.

„Pater Willigis war mit großem Abstand mein wesentlicher Lehrer ...“

Aus ihrem wachen, ganzheitlichen Interesse heraus wollte sie als Ausbilderin ein umfassenderes Wissen erwerben und erzählt begeistert, wie sie nach ihrer Zeit als Gasthörerin in den Religionswissenschaften mit 46 Jahren ein Frauenstudium in Gesellschaftswissenschaften begann und sechs Semester lang alles begierig in sich aufsaugte: die gesamte Frauengeschichte, Psychologie, Gesprächstherapie nach Rogers, Philosophie, neue Pädagogik und Sozialwissenschaften.

Doch auch örtlich lockten neue Ufer, denn sie zog anschließend nach Bayern an den Ammersee, wo ihr ein Haus auf einer Lichtung in Dießen angeboten wurde. Vom Yoga-Verband war sie schon oft in die Gegend entsandt worden und wurde gewahr, dass sie in Bayern viele Schüler hatte. Als ihr das Kloster Benediktbeuern, wo ihr Großonkel Salesianer gewesen war, seine Türen öffnete und herrliche Räume zur Verfügung stellte, um ihre Schule neben vielen anderen Orten weiterzuführen, erwies sich dieser Wechsel als richtig.

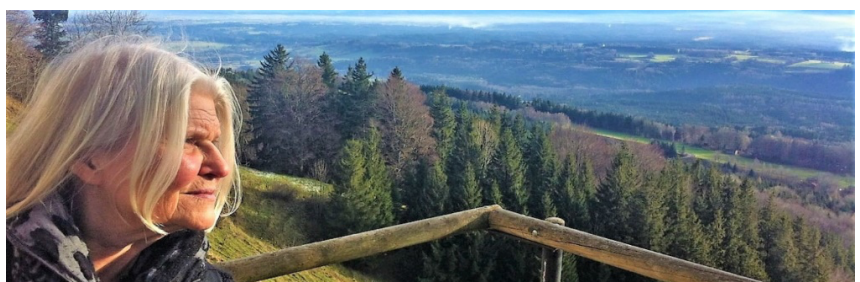
Von dort aus ließ sie sich mit Mitte Fünfzig von der Ehefrau des Opersängers Manfred Schenk als Kulturbeauftragte anwerben und war sechs Jahre lang halbtags in Wächtersbach, wo sie sämtliche Veranstaltungen organisierte, mit vielen Künstlern in Kontakt kam und dieses Element ausleben durfte. Durch ihre Freundschaft mit der Komponistengattin Liselotte Orff ergaben sich viele Dichterlesungen in Bayern und Hessen, auch in Schloss Elmau und im Orff-Museum. Diese waren gleichsam die späte Erfüllung eines Traums der Vierjährigen, die man bei einer Bauernhochzeit auf den Tisch stellte und ein Gedicht aufsagen ließ.

Ein letzter Umzug erfolgte 2018 ins Sauerland, zurück zu ihren Wurzeln. Weil ihr Bruder sehr krank war und sie ihn unterstützen sollte, gab sie ihre Yoga-Schule auf und die Lizenz zurück und pflegte ihn noch ein Jahr. Darin hatte sie bereits als Ehrenamtliche in Bayern viel Erfahrung gesammelt. Heute hat Roswitha in ihrem Elternhaus ein Wohnrecht auf Lebenszeit und gibt, frei nach ihrem Motto zu tun, was getan werden kann, für die Dorffrauen Yoga und Kontemplation auf dem Stuhl. Aber nicht nur das, dreimal jährlich hält sie auch ihre sehr gut besuchten Kurse auf dem Benediktushof.

Mir ist bewusst, dass ich einer so vielseitig begabten und aktiven Frau wie Roswitha mit diesem Porträt niemals gerecht werden kann. Da sie sich auch als Autorin betätigte, möchte ich somit als weiterführende Lektüre ihre beiden Bücher *Das Yoga-Jahr – Leben im Wandel der Jahreszeiten*, Kösel, und *Wenn Shiva tanzt – die weibliche Kraft im Yoga*, Theseus, empfehlen. Ergänzend dazu findet sich ein sehr lesenswertes Interview mit ihr in dem Buch *Yoga in seiner Vielfalt – Interviews mit Lehrenden* von Mathias Tietke, Theseus.

Elisabeth Müller

Roswitha Maria Gerwin
Yogalehrerin BDY/EYU
Kontemplationslehrerin der Wolke
des Nichtwissens und des WFdK
Lehrerin für Integrale Spiritualität,
Begleiterin für Zen
Kulturbeauftragte, Autorin
www.integrale-yogaschule.de



Ort der Praxis

Spirituelle Wege Zen und Kontemplation - Berlin Friedenau



Seit 20 Jahren haben wir in Berlin einen gemeinsamen Übungsort. Nach langer Zeit in den Goerzhöfen, sind wir seit einem Jahr umgezogen und haben im Gemeindehaus der evangelischen Kirchengemeinde Zum Guten Hirten, Goßlerstrasse 30, 2. Stock, eine wunderschöne neue Übungsstätte gefunden.

Wir freuen uns über die Nutzung eines großen Meditationsraums, eines Gesprächsraums sowie von einer kleinen Küche und Toiletten. Abgetrennt vom übrigen Gemeindeleben können wir ungestört an jedem Abend eines Werktags zusammen meditieren. Auch Menschen, die zum ersten Mal das Sitzen in Stille ausprobieren möchten, können ohne Anmeldung zu uns kommen.

An manchen Wochenenden gibt es Kontemplations- und Zen-Kurse oder Einführungskurse. Inzwischen haben wir unser Kursangebot auch auf Yoga und Ikebana ausgeweitet, und manchmal finden bei uns sogar Konzerte auf der japanischen Bambusquerflöte Shakuhachi statt.

Die Goßlerstraße ist inzwischen ein stiller Ort für unsere Übung geworden und wir legen Wert darauf, dass außer Kontemplation und Zen auch verwandte Künste bei uns eine Heimat finden. Wir sind hier gut angekommen!

Nach wie vor können wir uns nur durch Spenden finanzieren und sämtliche Organisations- und Kurs-tätigkeiten werden von Mitgliedern unserer Gemeinschaft geleistet.

Wer in der Hauptstadt zu Besuch ist und am Abend mit uns in Stille sitzen möchte, ist herzlich eingeladen: Raum für Spirituelle Wege – Zen und Kontemplation Berlin Friedenau, Goßlerstrasse 30 - jeden Werktag von 19.30 – 21.00 Uhr ohne Anmeldung!

Weitere Informationen und Kursprogramm: www.raum-spirituelle-wege.de

Ulrike Röder

9



Willkommen und Abschied

- Wir begrüßen als neues Mitglied

Daniela Borschel, Fürth

- Wir nehmen Abschied von

Tatjana Uhrmeister, verst. am 14.01.2024, Lörrach

Ulrike Leiber, verst. am 26.02.2024, Goch

und denken an ihre Angehörigen.

Umgang mit Macht - Qualitätsstandards des WFdK

Die Aufdeckung von Missbrauch an Kindern, Jugendlichen und in ihrer beruflichen Stellung Abhängigen in den Kirchen und anderen öffentlichen Institutionen hat zu einer wichtigen Sensibilisierung in unserer Gesellschaft geführt. Sie betrifft alle professionellen Beziehungen, die von Asymmetrie geprägt sind. Dazu gehören auch die Beziehungen zwischen Kursleitenden und Teilnehmenden, Lehrenden und Lernenden. Denn die Rolle und Funktion von Lehrenden und Anleitenden schließt immer eine Form von „Macht“ ein.

Sie erfordert nicht nur persönliche Integrität, sondern auch Reflexion und transparentes und Grenzen wahrendes Verhalten. So wurden in den letzten Jahren in allen sozialen Einrichtungen Richtlinien erarbeitet, um möglichem Missbrauch vorzubeugen und so die Qualität von Arbeit zu sichern. Sie können auch ein Schutz vor Verleumdung und unangemessenem Verhalten von Teilnehmenden sein.

Sehr fundiert ist der „Verhaltenskodex zur Prävention von Missbrauch“ der Schweizer Bischofskonferenz. Unter den Stichworten Verantwortung, Rollenklarheit, Nähe, Bescheidenheit, Wertschätzung, Kritisierbarkeit, Besprechbarkeit, Transparenz, Vorbildfunktion, Selbstfürsorge werden an konkreten Situationen Gefährdungen aufgezeigt. Die Richtlinien schließen Supervision und eigene Begleitung ein.

Der Vorstand des WFdK hat auf der Basis dieses Textes einen Verhaltenskodex für alle Mitglieder formuliert. Er wurde bei der Tagung in Kleingruppen besprochen und als wichtig und hilfreich empfunden. Die Beschäftigung damit soll fortgesetzt werden.



Termine Jahrestagungen und Fortbildungen

... der Kontemplationslinie „Wolke des Nichtwissens“:

13.-15.09.2024 Tagung: **Die Karawane zieht weiter. Aber wohin?** Klärung der Reiseroute
Tradition – Willigis – Vision I.
Referenten: Petra Wagner und Fernand Braun

15.-18.09.2024 Fortbildung als **Vertiefung** der Tagung

... des „Würzburger Forums der Kontemplation“:

24.-26.01.2025 Tagung: **Das gegenwärtige NUN**
Gelassenheit mit Meister Eckhart, Quantenphysik und Körperdynamik
Referentin: Dr. Joanna Maria Otto

26.-29.01.2025 Fortbildung als **Vertiefung** des Themas mit Joanna Maria Otto
Literaturtipp: J. M. Otto – Meister Eckhart und das neue Denken

Ort jeweils: Benediktushof Holzkirchen

11

Bildnachweise

S. 1 – 5 Federn und 3 – 9 Fenster der Kapelle im Benediktushof: Annette Frickenschmidt. S. 9 Zendo in Berlin-Friedenau: Gabriele Besser. Alle Portraits: privat.

Impressum und Kontakt

Für KuM-digital gilt das [Impressum](#) der Webseite des Würzburger Forums der Kontemplation.

Redaktion: Annette Frickenschmidt und Elisabeth Müller

[Zur Webseite WFdK](#)

[E-Mail schreiben an WFdK](#)

Wenn Sie KuM-digital nicht mehr empfangen möchten, schreiben Sie bitte an das WFdK mit dem Betreff "Abmelden" – vielen Dank!