



FOTO HANS KOBI

Roberta Steuder  
vor ihrer  
Ordination zur  
Zen-Nonne.

# Finanzchefin sattelt ommm ...

Als Tochter italienischer Gastarbeiter hatte Roberta Steuder in der Schweiz keine einfache Kindheit. Trotzdem machte sie Karriere. Inneren Frieden fand sie aber erst in der Zen-Meditation.

TEXT ANDREAS EUGSTER FOTO OLIVER OETTLI

Mit einem breiten Lachen im Gesicht blickt Roberta Steuder aus dem Fenster des ehemaligen Bauernhauses in Wengi bei Büren BE. Über 200 Jahre alt ist der imposante Bau – Steuder gerade mal 51. Erlebt hat die zierliche Frau mit den kurz geschorenen Haaren aber trotzdem schon einiges. Und nicht immer stand sie dabei auf der Sonnenseite des Lebens. Vor allem ihre Kindheit war nicht einfach gewesen.

«In den 60er-Jahren sind meine Eltern als italienische Gastarbeiter in die Schweiz eingewandert», erzählt sie. In Unterägeri ZG findet die Familie ihr neues Zuhause und der Vater Arbeit in einer Fabrik. Das vermeintliche Glück hält aber nicht lange. «Wir wurden als Tschingge und Saupack beschimpft», erinnert sich Roberta Steuder. Das habe

sie geprägt. Genauso wie die Schläge des eigenen Vaters.

## Mit 13 Jahren in die Fabrik

Anders, aber nicht unbedingt besser wird es nach der Scheidung ihrer Eltern. Die Mutter geht arbeiten und die 13-jährige Roberta kümmert sich zu Hause um ihren jüngeren Bruder oder jobbt in der Fabrik, um das bescheidene Familienbudget etwas zu entlasten. Erst nach ihrem Abschluss an der Handelsmittelschule scheint das Pendel auf die andere Seite zu schwingen. Roberta Steuder arbeitet sich in der Treuhandbranche nach oben, wird Finanzchefin in einem Zuger Unternehmen und Mitglied der Geschäftsleitung.

Es folgt die erste Schwangerschaft im Alter von 24 Jahren, vier Jahre später

kommt die zweite Tochter zur Welt. Es ist die Zeit, in der auch die Erlebnisse der eigenen Kindheit wieder an die Oberfläche drängen. «Ich war niedergeschlagen und antriebslos, probierte zahlreiche Therapien aus.» Doch nichts scheint zu helfen, bis ihr die Mutter ein Zen-Seminar empfiehlt – aus eigener Erfahrung. «Bereits nach dem ersten Tag wusste ich: Jetzt muss ich nicht mehr weiter suchen, ich bin endlich nach Hause gekommen.» Es sei ein ganz tiefes inneres Gefühl gewesen. «Beim Sitzen und ruhigen Atmen spürte ich mich erstmals wieder.»

Roberta Steuder verfolgt diesen Weg weiter – auch nach der Scheidung von ihrem ersten Mann. Als Alleinerziehende ist sie nun verantwortlich für zwei Töchter im Alter von drei und sie-





Bei der Zen-Meditation sind die Augen geöffnet – «ansonsten verliert man sich in Träumereien.»

ben Jahren. «Ihnen wollte ich ein gutes Leben und ein stabiles Umfeld bieten, ein Mami sein, das einigermaßen gut verdient.» Das sei ihre oberste Priorität gewesen.

### Grosses «Sesshin» in Japan

«Als meine Kinder dann gross genug waren, dachte ich: Jetzt muss ich auch einmal etwas für mich machen.» Sie absolviert eine Ausbildung zur psychologischen Beraterin und zum Familienaufstellungs-Coach. Und immer wieder «sitzt» sie, übt sich in der Zen-Meditation. 2010 reist Roberta Steuder nach Japan und macht dort in einem Kloster das grosse «Sesshin» (Periode konzentrierter Zen-Meditation). Sie sitzt und schweigt sieben Tage am Stück. «Das war eine Herausforderung, doch in die-

ser Stille spürte ich ganz deutlich: Ich will Zen-Nonne werden.»

Acht Jahre und unzählige Seminare später ist es dann so weit. Im September 2018 wird Roberta Steuder zur Zen-Nonne ordiniert. Die langen Haare werden abrasiert und der weltliche Name durch Shin Do («Weg des Herzens») ersetzt. Die Prozession vollführt ihr heutiger Ehemann und Zen-Mönch Ananta Steuder (70), der sie vor mehr als 20 Jahren in die Zen-Meditation einführte.

Doch was ist «Zen» (ausgesprochen: «Ssen») überhaupt? «Zen ist eine Glaubensrichtung des Buddhismus und heisst: Sitzen in Stille», erklärt Roberta Steuder und ergänzt: ««Sitzen in Stille» heisst: in dem Moment, in dem man sich auf ein Kissen setzt, die Beine ver-

schränkt und die Hände vor das eigene Zentrum (Bauch) hält und nur seinen eigenen Atem beobachtet, wird man wieder ruhig, ist nicht nach aussen gerichtet.»

Roberta Steuder ist glücklich. Ihr herzhaftes Lachen und ihre strahlenden Augen verraten es. Dieses Glück will die 51-Jährige aber nicht für sich alleine behalten. Zusammen mit ihrem Ehemann Ananta widmet sie sich der Aufgabe, Menschen in die Stille zu führen und hilft ihnen dabei, wieder zu sich selbst zu finden. Dafür haben sie das ehemalige Bauernhaus im Berner Seeland gekauft und ins Dai Do An Zentrum umgebaut. Dort führen sie Atem- und Kommunikationsseminare durch und bieten psychologische Beratung an. ●