

Services



Bieler Tagblatt



3° / 12°

Hauptmenü



PHILOSOPHIE 11.04.2019, 12:30

Um Zen-Nonne zu werden, gab sie ihre Karriere auf

Dank Zen-Buddhismus hat Roberta Steuder aus einem Tief gefunden. Sie liess sich zur Zen-Nonne ordinieren und lebt heute in Wengi in einer Wohngemeinschaft, in der täglich gemeinsam meditiert wird.



*Roberta Steuder hat durch ihren heutigen Mann Antana Steuder zum Zen gefunden. Sie spürte sofort, dass sie angekommen war.
Bild: Nico Kobel*

Andrea Butorin

Zen, «Ssen» ausgesprochen, stammt ursprünglich aus China. Vor rund 2500 Jahren entstand in Japan eine eigene Richtung des Zen-Buddhismus. Als Roberta Steuder vor 20 Jahren als innerlich unzufriedene Suchende erstmals mit Zen in Berührung kam, machte es «Peng». «Ich kam zum ersten Mal seit langem wieder mit mir in Kontakt und empfand ein tiefes Gefühl von Frieden», beschreibt sie den Moment, «das war ein Schlüsselerlebnis.» Sie blieb der Philosophie treu, machte Kurse, verschiedene psychologisch ausgerichtete Ausbildungen und wurde letzten September zur Zen-Nonne ordiniert.

Äusserliche Merkmale einer Zen-Nonne sind das bei der Ordinerung kurz geschorene Haar sowie das den Nonnen vorbehaltene weisse Kragenhemd unter der Robe. «Abgesehen davon bin ich eine ganz normale Frau», sagt Roberta Steuder lachend. Weder lebt sie in einem Kloster noch ist sie dem Zölibat verpflichtet. «Im Zen geht es darum, ein Kloster in sich selber zu bauen», sagt sie. Der Fokus liege im alltäglichen Tun und nicht auf einer abgehobenen Philosophie. Zentral sei die Achtsamkeit; sich selbst zu spüren und wahrzunehmen – Meister seiner Gefühle zu werden, ob man nun mit jemandem im Café sitzt oder bei der Arbeit ist. Roberta Steuder ergänzt: «Ja, es geht um die eigenen Bedürfnisse, aber es ist keine Nabelschau.»

Tagwacht ist um fünf Uhr

Das Mittel dazu ist eigentlich simpel: sitzen. Die 51-Jährige lebt mit ihrem Mann, dem Zen-Mönch Antana Steuder, ihrer Mutter Rosa Calabro sowie einem weiteren Mitbewohner in einer Art Wohngemeinschaft; einer Zen-WG. Weil der eine Mitbewohner als Koch arbeitet und früh aufstehen muss, sitzt die Gemeinschaft bereits gegen fünf Uhr morgens zusammen. Auch vor der Nachtruhe werde gemeinsam «gesessen», allerdings müsse niemand extra dafür allfällige Termine verschieben. Gemeinsam zu sitzen bedeutet, gemeinsam zu meditieren. Rund 20 Minuten sitzen alle zur Wand gerichtet im Lotussitz im Kreis, den Blick zum Boden hin gerichtet, und konzentrieren sich auf ihr Atemzentrum im Bauch. Es gehe dabei nicht um ein «Abschalten», sondern darum, die Stille zu erfahren.

Das Gemeinschaftliche sei ein wichtiger Aspekt des Zen. Es gehe nicht darum, allein im stillen Kämmerlein zu sitzen. Beim gemeinsamen Sitzen nehme man stärker wahr, nicht allein zu sein auf der Welt und ständig mit allem verbunden zu sein. «In den Seminaren erleben viele eine positive Veränderung. Aber wer versucht, Zen anschliessend alleine zuhause durchzuziehen, scheitert meistens, weil man sich die Zeit nicht mehr nimmt», sagt Roberta Steuder.

Die WG bewohnt im grossen Bauernhaus bloss den einen Teil. Im anderen wird meditiert, werden Kurse oder Seminare gegeben. Im grossen Seminarraum mit Aussicht über weite Teile des Limpachtals liegen bereits Matten und Kissen bereit für das Seminar am kommenden Wochenende. Auf einem kleinen Podest sitzt eine Buddha-Statue, davor eine Schale für Räucherkerzen. Abgesehen davon gibt es nichts, was den Blick ins eigene Innere ablenken könnte.

Sieben stille Tage in Japan verbracht

Bereits bevor das Haus zum Dai-Do-An-Zentrum wurde, wurde es als Seminarhaus genutzt. Nach und nach bauten Steuders es nach ihren Bedürfnissen um. Antana und Roberta Steuder leiten verschiedene Kurse in Zen-Meditation, von Tages- bis zu Jahreskursen. Weitere Angebote sind Atem- und Kommunikationskurse, psychologische Beratung und Massage. Weil viele Kurse übers Wochenende stattfinden, finden sich im ganzen Haus verteilt Zimmer mit Platz für insgesamt 21 Gäste.

Auch das Sesshin, das grosse und eins für Anfänger, wird in Wengi angeboten. Dabei handelt es sich um eine mehrtägige Übung mit schweigendem Gemeinschafts-Sitzen als Schwerpunkt: Beim «kleinen» Sesshin gibt es 10 Sitzperioden à 20 Minuten, beim grossen sind es 12 mal 40 Minuten. Dazwischen gibt es Körperübungen sowie täglich die Möglichkeit zum Gespräch mit dem Zen-Meister.

Roberta Steuder absolvierte ein siebentägiges grosses Sesshin in einem japanischen Kloster, was sie auf ihrem Weg bestärkte, Nonne zu werden. Den Rat, es mit Zen zu versuchen, hatte ihr einst ihre Mutter gegeben, nachdem diese ein paar Wochen zuvor selbst zum ersten Mal ein Seminar besucht hatte. «Sie sah, dass ich am Anschlag war», sagt Roberta Steuder.

Letzten September wurde sie dann von ihrem Mann zuhause in Scheunenberg zur Nonne ordiniert. Zur Prozedur gehört das Scheren der Haare, die Steuder zuvor schulterlang getragen hatte. Dieses Ritual bedeute das «Verlassen des Zuhauses». «Es symbolisiert, die Konditionierungen und Konzepte aufzulösen, die seit Generationen weitergegeben wurden», erklärt Roberta Steuder.

Trotz des sozialen Aufstiegs nicht glücklich

Bevor sie Nonne wurde, bestand Roberta Steuders Leben aus vielen Kämpfen; Kindheit und Jugend waren schwierig. Als Kind italienischer Einwanderer, das zwar in der Schweiz geboren wurde, aber bis zum Kindergarten kein Deutsch sprach, wurde sie dauernd mit Rassismus konfrontiert: Beschimpfungen wie «Sautschingg» oder «geht doch wieder nach Hause» seien an der Tagesordnung gewesen. Zudem war das Verhältnis zu ihrem Vater sehr konfliktreich.

Sie habe als Jugendliche eigentlich Sozialarbeiterin werden wollen, um Menschen zu helfen, die Ähnliches durchmachen mussten wie sie. Doch als sie 12 Jahre alt war, trennten sich die Eltern, und Steuder wollte das ohnehin knappe Budget ihrer Mutter nicht zusätzlich mit einem teuren Studium belasten. Auch das Gymnasium, für das die Noten eigentlich gereicht hätten, lag finanziell nicht drin.

So besuchte sie die Handelsmittelschule: «Mir war klar: Das war der einfachste Weg, um so rasch wie möglich auf eigenen Beinen zu stehen.» Im Treuhandbereich arbeitete sie sich nach der Ausbildung nach oben – zuletzt war sie in einem Zuger Unternehmen Mitglied der Geschäftsleitung, sie machte die Buchhaltung, kümmerte sich um Arbeitsverträge und um die Betreuung der Lernenden.

Trotz des sozialen Aufstiegs und der finanziell gesicherten Position war sie nicht glücklich. Die Erlebnisse von einst tauchten wieder auf und zogen sie in ein Tief. Besonders niedergeschlagen fühlte sie sich zwischen den Geburten ihrer beiden Töchter. Sie habe viele Therapieformen ausprobiert wie positives Denken und Bachblüten, aber so richtig habe nichts funktioniert, ehe sie ihr erstes Zen-Seminar besuchte.

Im Zen geht es nicht um Karrierepläne

Die Veränderung von Roberta Steuder und ihrer Lebensumstände geschah langsam: Zen lernte sie bei ihrem heutigen Ehemann Antana Steuder kennen. Doch damals war sie noch mit einem anderen Mann verheiratet. Als sie sich scheiden liess, war ihre oberste Priorität, den Töchtern ein finanziell abgesichertes Leben zu bieten, bis diese selbstständiger wurden. All ihre weiteren Ausbildungen absolvierte sie nebenher.

Vor einem Jahr kündigte sie ihre Stelle, um sich ganz dem Zen zu widmen. Ihre Zeit in der Treuhandbranche möchte sie aber nicht missen. Besonders ihre letzte Arbeitsstelle habe ihr Freude bereitet. Doch als ihre Töchter älter wurden, war es für sie an der Zeit, «den Menschen auf andere Art zu begegnen als nur rein geschäftlich».

Auch wenn die Geschäftsfrau im Gespräch zwischendurch noch durchschimmert, etwa wenn Roberta Steuder sagt, sie habe sich «dem Zen committed» oder wenn sie vom «Geschäft» spricht, wenn sie das Dai-Do-An-Zentrum meint: Im Zen geht es nicht um Karrierepläne.

Mit ihrer nicht immer einfachen Vergangenheit hadert Roberta Steuder inzwischen nicht mehr. «Ich habe es geschafft, alles, was einst aufgebrochen ist, aufzuarbeiten und zu integrieren.»

Zweifel habe es auf ihrem Weg zur Nonne zwar immer wieder gegeben. Und doch sei es ein Herzenswunsch gewesen, dem sie gefolgt sei. «Und seither habe ich es keine Sekunde bereut.»

Roberta Steuder

STICHWÖRTER: Zen-Nonne, Karriere, Job, Zen-Buddhismus, Frieden, Stress, Kloser, Japan, Zen-Mönch



**ARBEITE FÜR MICH.
ARBEITE FÜR MEINE
GEMEINDE.**

Der bisherige Stelleninhaber nimmt eine neue berufliche Herausforderung an. Deshalb suchen wir auf den 1. Juni 2023 oder nach Vereinbarung eine zuverlässige, belastbare und engagierte Persönlichkeit als

**Mitarbeiter/in Gemeindebetriebe (Werkhof)
100 %**

Hauptaufgaben

- Selbständige Führung des Werkhofbetriebes
- Pflege und Unterhalt der Gemeindestrassen, Trottoirs, Bauunterstände und Flurwege
- Pflege und Unterhalt von Bachläufen, Hecken und Grünflächen
- Kontrolle und Unterhalt des Kanalisationsnetzes
- Winterdienst inkl. Übernahme von Pflasterdienst
- Abfallentsorgung und Betreuung der Müllsammlung
- Allgemeine Werkhofaufgaben
- Mithilfe bei Anlässen (Befragung, Strassensperrung, etc.)
- Weitere Aufgaben nach Weisung der Behörden

Anforderungen

- Fachmann/-frau Betriebsunterhalt EFZ (Fachrichtung Werkdienst) oder handwerkliche Grundausbildung in den Bereichen Strassenbau, Hochbau, Tiefbau oder Gartenbau
- Erfahrung und gutes Fachwissen in praktischer Arbeitsausführung mit Maschinen
- Führerausweis Kat. B
- Hohe Eigenverantwortung, gutes Selbstmanagement, systematische Arbeitsweise
- Freude an Kontakt und Umgang mit der Bevölkerung und Behörde
- Bereitschaft zu unregelmässigen Arbeitseinsätzen (Winterdienst)

Wir bieten Ihnen eine selbständige und abwechslungsreiche Tätigkeit in einem kleinen Team mit guter Infrastruktur (neues Werkhofgebäude) und Weiterbildungsmöglichkeiten. Die Anstellung erfolgt nach den Bestimmungen von Gemeinde und Kanton mit zollgemässiger Entlohnung.

Ihre vollständigen Bewerbungsunterlagen senden Sie bis 24. März 2023 an: Bauverwaltung Worben, Hauptstrasse 19, 3252 Worben oder barbara.vondesch@worben.ch.

Weitere Auskünfte erteilen wir Ihnen gerne unter der Tel. 032 387 20 52. Zusätzliche Informationen über die Gemeinde Worben finden Sie unter www.worben.ch.

**Gemeindeverwaltung
Worben
Hauptstrasse 19
3252 Worben**

032 387 20 50
www.worben.ch
info@worben.ch

www.worben.ch

NACHRICHTEN ZU FOKUS



KANAREN 04.03.2022, 09:16

Wenn ein Plan nach dem anderen schiefgeht

Erstmals muss Sascha Biedermann eine Niederlage einstecken: Sein Segelkatamaran Ahora zwingt ihn in die Knie. ¹¹SEP Ahora...



WORTSALAT 04.03.2022, 08:58

Was Wladimir Putin bei Julius Caesar abgeguckt hat

Auch der blutrünstigste Aggressor sieht sich veranlasst, seine Barbarei zu rechtfertigen, und so ist die Geschichte der...



NEULICH 04.03.2022, 08:56

Ziegen mögen Denksport

Ziegen kommen ursprünglich aus dem Hochgebirge und sind Kletterkünstlerinnen. Zum Ruhen liegen sie bevorzugt an...



JUNGPFLANZENANZUCHT 04.03.2022, 06:00

Lasst es spriessen!

Der Frühling steht vor der Tür, und es ist höchste Zeit, die ersten Jungpflanzen für den Sommer vorzuziehen. Was gilt...

EN FAMILLE 03.03.2022, 09:33

Unter Elstern – Survival Tipps fürs Elterngespräch

«Elstern-Gespräch» nannte es jeweils ein Bekannter, der Pädagoge war. Die komische Vorstellung, an einen Tisch zu...

