

Ein Ort der Stille in der Großstadt

Platz machen für die Stimme Gottes – das Spirituelle Zentrum
St. Martin am Glockenbach

Donnerstagabend, 19 Uhr. Durchs Glockenbachviertel hallt der Klang einer Glocke, die noch mit einem Seil geläutet wird. 15 Menschen versammeln sich auf der Empore des kleinen Gemeindezentrums St. Martin, das versteckt im Hinterhof der Arndtstraße 8 liegt. Die Gruppe nimmt auf Meditationskissen oder auf Hockern Platz und schweigt – anderthalb Stunden lang, nur unterbrochen von zwei kurzen Pausen. Danach bleiben einige zu einem Austauschgespräch bei einer Tasse Tee. Ähnliches geschieht jeden Freitag von 15 bis 17 Uhr. „Sitzen in der Stille“ ist für immer mehr Menschen eine Möglichkeit, mitten im Trubel der Großstadt zu sich selbst zu finden

und leer zu werden, um so Platz zu machen für die leise Stimme Gottes.

„Schweigen – Reden – Handeln“ ist seit gut zwei Jahren das Motto des Zentrums St. Martin. Die Angebote fördern eine Spiritualität, die mitten im Alltag praktikierbar ist. Neben Schweigezeiten und Schweigetagen sind das vor allem Kurse, die über bewusste Wahrnehmung des Körpers und des Atmens von außen nach innen führen (z.B. Taijiquan oder Yoga). Das eigentliche Herz St. Martins jedoch ist das „Herzensgebet“, eine geistliche Übung, die aufs frühe Mönchtum zurückgeht und in den orthodoxen Klöstern besonders gepflegt

wird. Dabei wird von den Betenden der Name Jesu im Rhythmus des Atems innerlich fortlaufend wiederholt. Die Alltagsgedanken nehmen ab und allmählich wächst die Ausrichtung auf Christus.

Ein weiterer Schwerpunkt ist das Pilgern. St. Martin stellt zweimal im Jahr zehn einfache Matratzenplätze für Jakobspilger auf dem Weg nach Santiago de Compostela kostenlos zur Verfügung. Drei Schwestern der Christusbruderschaft Selbitz, die direkt neben der Kirche wohnen, nehmen sich dieser Gäste liebevoll an.

Einen besonderen Impuls setzt die „Martinsmesse“ am Sonn-



Spirituelles Zentrum
St. Martin am Glockenbach

tagabend. Sie besteht aus den drei Teilen Meditation (angeleitete Stille-Übung), Bibelgespräch und Mahlfeier. Eine Predigt entfällt. Jede Martinsmesse wird von einem Team vorbereitet, das sich spontan zusammenfindet. Wer die Atmosphäre dieses außergewöhnlichen Ortes im Herzen der Stadt kennen lernen will, wird dort am besten fündig. Mehr Infos unter:
Tel. 089 - 202 442 94 oder
www.stmartin-muenchen.de
(ae)

aus „evangelisch 2006“ (Mitgliederzeitung des Evang.-Luth. Dekanats München)