

FESTIVAL STILLES ZÜRICH

## Stille Inseln inmitten der Stadt: 11 Tage der Stille in der Stadt Zürich

Stille und Stadt – ein unversöhnlicher Gegensatz? Vor lauter Getöse und Ge-triebenheit, Geschäftigkeit und Dichte suchen die Bewohner:innen der Stadt die Stille anderswo. In der Natur, in den Bergen, am Meer. Doch bleibt die Stadt das Zuhause vieler Menschen. Jenseits von «städtisch versus still» will STILLES ZÜRICH die Stille in der Stadt aufspüren, sie zugänglich machen und gemeinsam als Lebensqualität erleben und gedeihen lassen.

Das Festival STILLES ZÜRICH ermöglicht vom 9. bis 19. Juni 2022 einen erkundenden, meditativen oder kreativen Zugang zur Stille. Dabei ist die Stille nicht (nur) als Abwesenheit von Lärm zu verstehen, sondern auch als Einladung, zu entschleunigen und innezuhalten, die Achtsamkeit im zwischenmenschlichen Umgang zu pflegen und die Stille ins Gespräch zu bringen. Mehr als 60 öffentliche Veranstaltungen laden dazu ein, «Stille» mit allen Sinnen zu erfahren.

### Stille Highlights

Dies wird im Juni 2022 erlebbar während der «Dämmerungs-Kontemplationen» im Fraumünster, bei «la médi à midi», wo jeweils über Mittag 20 Minuten in verschiedenen Traditionen vor Ort und online Meditationen stattfinden oder bei einer «Slow Dance Motion»-Performance auf verschiedenen öffentlichen Plätzen. Dieses Jahr stehen auch Spezialitäten wie «Mindful Eating», ein Dialog mit Gehörlosen und ein Spaziergang von Sinnen durch den Botanischen Garten auf dem Programm. Wiederum wird



Quelle: Stilles Zürich

ein Film zum Thema Stille gezeigt und Vorträge und Diskussionen werden angeboten. Diesmal ermöglichen «Stille Inseln» zu verweilen und sich inspirieren zu lassen. Eingerahmt sind die Tage von Auftakt und Ausklang mit Einbli-

cken in einige Veranstaltungen aus dem Programm und als gemeinsame Feier für alle Interessierten. Über 30 Organisationen und Personen aus Zürich und Umgebung bieten die Veranstaltungen kostenlos oder mit Kollekte an, darunter

Kirchengemeinden, Meditationszentren, Stadtführer:innen, Bewegungslehrer:innen und Kunstschauffende. Der Fokus ist darauf ausgerichtet, die positive, gesundheitsunterstützende und friedensstiftende Kraft der Stille zu fördern sowie den Dialog zwischen Menschen verschiedener Lebenswelten als verbindendes Miteinander in den Alltag aufzunehmen.

Dies wird im Kreis 1 erlebbar während der «Dämmerungs-Kontemplationen» im Fraumünster, einer Gehmeditation mittendrin im HB und dem Platzspitzpark, oder bei einer «Slow Dance Motion»-Performance auf dem Stadelhoferplatz. Ortsunabhängig sind die 20-minütigen Meditationen über den Mittag «la médi à midi», die online und an verschiedenen Orten wie der Predigerkirche stattfinden.

FESTIVAL STILLES ZÜRICH

9.–19. Juni 2022

 [Programm und Informationen  
www.stilles-zuerich.ch](http://www.stilles-zuerich.ch)

KONTEMPLATION

## Raum der Stille im Fraumünster

Im Gottesdienst im Fraumünster am 12. Juni wird ein Raum der Stille eröffnet. Während der Öffnungszeiten steht es Besuchern und Besucherinnen frei, in die Marienkapelle als einen Raum der Stille einzukehren: zum Innehalten, zur Einkehr, zur Andacht. Die wunderbare Architektur der Marienkapelle bietet dafür ein ansprechendes Ambiente. Der Raum der Stille bietet im Stadtbetrieb und im Besucherstrom einen reservierten Bereich, der das Fraumünster als Ort der Besinnung und des Gebets ins Gedächtnis ruft.

Die Eröffnung des Raums der Stille im Gottesdienst am 12. Juni wird von einer Abenddämmerungskontemplation (11. Juni 2022 ab 21.15 Uhr) und einer Morgen-dämmerungskontemplation (12. Juni 2022 ab 4.45 Uhr) flankiert, die im Fraumünster im Rahmen des Festivals STILLES ZÜRICH (9.–19. Juni 2022) angeboten werden. Die Suche nach Stille wird in der modernen Zivilisation zu einer immer dringlicher werdenden Frage. Dem religiösen Potential der Stille geht auch der Gottesdienst im Fraumünster am 12. Juni nach.

FRAUMÜNSTER

Samstag, 11. Juni, ab 21.15 Uhr, Sonntag 12. Juni, ab 4.45 Uhr