



AKADEMIE

Im Daishin Zen gibt es ein mehrstufiges Aus- und Weiterbildungssystem, mit dessen Hilfe Schüler zu Zendoleitern, Zen-Trainern und Taiwa-Trainern ausgebildet werden. Dieses System wird von der Daishin Zen Akademie unter der Leitung von Constanze Hofstaetter und Angela Geissler weiterentwickelt und ausgebaut.

Diese 4-stufige Ausbildung ist die Grundlage, um später vielleicht Meditationslehrer, Sensei oder auch Zen-Meister zu werden. Das Ausbildungssystem ist ein Hilfsmittel, um einen sicheren Weg bis dahin zu gehen und die Jahrtausende alte Qualität des Zen für alle zu erhalten und weiter zu entwickeln. Gerade deshalb dient die Ausbildung dem wahren Menschen. Aber nie umgekehrt. Es ist ein didaktisches Werkzeug und nie Selbstzweck. Allein Bewusstsein und Erleuchtungsgeist sind am Ende der Maßstab, dem sich alles unterordnet.

Diese Ausbildungsangebote finden sich auf der Website unter dem Menüpunkt "Seminare". Die Teilnahme ist kostenpflichtig.

Zendo-Leiter leiten in erster Linie Orte, an den Zazen praktiziert wird. Ebenso wirken sie als Jikijitsu ("Jiku") und Inji auf Sesshins mit dem Zen-Meister.

## Das 4-stufige Ausbildungssystem vom Zendoleiter zum Taiwa-Trainer

### 1. Stufe "Form": Ausbildung zum Zendoleiter-Assistenten

#### Voraussetzung:

Meditationserfahrung im Daishin Zen. Der Zen-Meister entscheidet, ob der Schüler geeignet ist, zukünftig eine Zendo zu leiten. Interessenten wenden sich bitte an Constanze Hofstaetter unter [c.hofstaetter@zen-schule.de](mailto:c.hofstaetter@zen-schule.de).

Die Ausbildung umfasst die Teilnahme an zwei Seminaren, die jeweils als 1-Tages-Seminare angeboten werden. Bei dem zweiten Seminar kann die Prüfung zum Zendoleiter Stufe I abgelegt werden.

#### Seminarinhalt:

- Vertiefen und Üben der Form: Zazen, Sarei, Kinhin, Rezitation
- Die Form im Zen als Do - Taekwondo-Übungen und Körperbeherrschung in der Form mit Taekwondo-Lehrer Thomas Wildner
- Gemeinsame Meditation

- Grundlagen des Daishin-Zen, Inhalte des Schülerleitfadens
- Wie beantworte ich Fragen von Neueinsteigern
- Erstellen und Üben eines Einführungsvortrags
- Buchvorstellungen
- Fragerunde, Austausch: Organisation einer Zendo oder eines Zen-Kreises
- Optional: Ablegen der Prüfung Stufe I/Form

Zur Abschlussprüfung sind nur bestätigte Sangha-Schüler zugelassen. Zur Abschlussprüfung ist notwendig:

- Präsentation eines eigenen Einführungsvortrags
- Kurzvorstellung eines Buchs zum Thema Zen
- Teilnahme an einem 7-Tage-Sesshin als Funktionsträger (Chokey, Jisha oder Handaikan)
- Abschlussgespräch mit dem Seminarleiter

Geprüft werden:

- Nachweis von Kenntnissen zur Form
- Kenntnis der Zendo-Ordnung und des Schülerleitfadens zu Grundlagen des Daishin Zen

Hat der Schüler diese Stufe erreicht und die Prüfung erfolgreich abgeschlossen, kann er im Namen des Daishin Zen und nach Absprache mit dem Zen-Meister oder einem Vertreter einen Zen-Kreis initiieren und Meditation (Zazen) anbieten und leiten. Ein Zen-Kreis ist eine private Zen-Gruppe, in der man gemeinsam mit Freunden meditiert.

Außerdem kann der Absolvent als Zendoleiter-Assistent in Zendos des Daishin Zen tätig sein. Er oder sie ist dann berechtigt, maximal drei Runden Zazen inkl. Kinhin pro Tag anzuleiten.

## 2. Stufe "Grundlagen": Ausbildung zum Zendo-Leiter

**Voraussetzung:**

Teilnehmen kann jeder, der bereits an einem Seminar der Stufe I - Form teilgenommen hat. So kann man auch erst mal nur eine Idee zu dem Thema Zendo und Zendoleiter-Weiterbildung bekommen. Ebenso lassen sich so die Themen Form, Tradition und Geschichte des Zen vertiefen.

Diese Ausbildung kann abschließen, wer die Prüfung zum Zendoleiter-Assistenten (Stufe I/Form) absolviert hat.

Auf besondere Einladung ist es möglich, auch als Nicht-Daishin-Zen-Angehöriger teilzunehmen (z.B. Gastschüler anderer Schulen).

Die Ausbildung umfasst die Teilnahme an zwei Seminaren, die jeweils als 1,5-Tages-Seminare angeboten werden. Bei dem zweiten Seminar kann die Prüfung zum Zendoleiter Stufe II abgelegt werden.

## Seminarinhalt:

- Vertiefende Praxis mit Übungen zu: Zazen, Sarei, Kinhin, Rezitation
  - Die Form im Zen als Do - Taekwondo-Übungen und Körperbeherrschung in der Form mit Taekwondo-Lehrer Thomas Wildner
  - Gemeinsame Meditation
  - Grundlagen des Daishin-Zen, Inhalte des Schülerleitfadens
  - Hinnerk Polenski: Theorie zu Grundlagen und Geschichte des Zen
- Themenangebote u.a.:
- Leben und Lehre Buddhas
  - Vom Tod Buddhas bis Bodhidharma
  - Ch'an in China
  - Zen in Japan
  - Der Weg des Zen in den Westen: USA und Europa
  - Die Essenz des Daishin Zen
- Referate zu Themenausarbeitungen der Prüfungskandidaten
  - Psychologisches Basiswissen für Zendoleiter mit Dipl. Psychologin Ingrid Hufen Röck oder Psychotherapeutin Verena Förderer
  - Fragerunde, Austausch: Organisation einer Zendo
  - Optional: Ablegen der Prüfung Stufe II/Grundlagen

Zur Abschlussprüfung ist notwendig:

- Abschluss Zendo-Leiter Stufe I/"Form"
- Nachweis eines Erste-Hilfe-Kurses
- Abschlussarbeit über ein Spezialthema (3-8 Seiten)
- Nachweis von 7 Sesshin-Tagen im Jahr
- Nachweis der Funktionen bei einem 7-Tages Sesshin als Jisha, Chokey, Jiku (optional) oder Handaikan
- bestätigter Sangha-Schüler

Dann folgt die Abschlussprüfung durch den Zen-Meister. Geprüft werden Kenntnisse zu Grundlagen und Geschichte des Zen sowie zu den Grundlagen des Daishin Zen.

Hat der Schüler diese Stufe erreicht und die Prüfung erfolgreich abgeschlossen, kann er im Namen des Daishin Zen und nach Absprache mit dem Zen-Meister oder einem Vertreter eine Zendo leiten und Meditation (Zazen) anbieten und leiten. Die Zendos und Zendo-Leiter des Daishin Zen sind auf der Homepage benannt.

## 3. Stufe "Geführte Meditation Hara: Erdung, Kraft und Innere Mitte"

### Voraussetzung:

Diese Ausbildung kann nur beginnen, wer aktiver Jiku in einer Zendo oder Trainer auf Seminaren des Daishin Zen ist, weil sie eine gewisse Erfahrung als Jikujitsu voraussetzt, und die Prüfung zum Zendoleiter / 2. Stufe "Grundlagen" abgeschlossen hat.

Hier gibt es die Möglichkeit, geführte Hara-Meditation zu erlernen, um diese in der Zendo zur Vertiefung einzusetzen. Die geführte Meditation ist auch sinnvoll, um eine Gruppe von Übenden in eine bestimmte Meditations-Technik einzuführen. Die Voraussetzung für den

ersten Kurs "Geführte Meditation Hara" ist der Abschluss Grundlagen und erfolgreiche Praxis als Zendo-Leiter. Wer die 3. Stufe absolviert hat und didaktische Erfahrungen als Trainer oder Führungserfahrungen im Bereich Zen-Leadership nachweisen kann, kann sich nach Absprache mit dem Zen-Meister und einer Zusatzprüfung Zen-Trainer nennen.

Trainingsschwerpunkte sind:

- Geführte Meditation "Hara: Erdung, Kraft und Innere Mitte"
- Geführte Meditation "Hara" in der Bewegung

Diese Ausbildung wird in mehreren Modulen unterrichtet, die jeweils in 1-Tages-Seminaren angeboten werden. Diese Module bauen aufeinander auf und finden daher innerhalb geschlossener Ausbildungsgruppen statt. Der Abschluss erfolgt auf einem Sesshin in Anwesenheit des Meisters.

#### 4. Stufe "Taiwa-Trainer"

Voraussetzungen:

Diese Ausbildung ist für Dharma-Schüler mit entsprechender Zen-Erfahrung und persönlicher Eignung, sie werden vom Zen-Meister angesprochen. Gleichzeitig kann jeder fortgeschrittene aktive Zendo-Leiter den Wunsch äußern, diesen Weg zu gehen. In diesem Fall bitte an Constanze Hofstaetter wenden unter [c.hofstaetter@zen-schule.de](mailto:c.hofstaetter@zen-schule.de). Gemeinsam kann man dann betrachten, was dazu noch notwendig ist. Über die Eignung entscheidet der Zen-Meister. Diese Ausbildung dauert etwa zwei Jahre. Der Abschluss erfolgt auf einem Sesshin in Anwesenheit des Meisters.

Taiwa bedeutet in einem japanischen Rinzai Kloster, dass ein fortgeschrittener Schüler, meist der Inji oder Jikijitsu, in einem vertraulichen Vieraugen-Gespräch mit einem Anfänger bei der Suche nach dessen eigener richtiger Übung hilft. Gleichzeitig ist es aber auch der Raum für Sorgen und Nöte und für die Orientierung auf dem Weg. Nach etwa einem Jahr ist es wichtig, dass der Anfänger-Schüler Dokusan beim Meister aufsucht und regelmäßig verfolgt. Meditation in der lokalen Zendo mit Taiwa und der Besuch von Sesshins mit dem Zen-Meister mit Dokusan, Teisho und Darshan sind die Pfeiler der Entwicklung für alle Schüler, besonders am Beginn.

Teilnehmer der Taiwa-Trainer-Ausbildung sind außerdem zugelassen zu den Seminaren "Geführte Meditation" im Kontext des Meilensteins Samadhi. Dazu gibt es zwei Kurse, die vom Meister geleitet werden.

- Geführte Meditation "Samadhi: Stille, Sammlung, Innere Harmonie"
- Positives Samadhi am Beispiel von Tee und Kinhin

#### Vom Zendoleiter zum Zen-Trainer: Ein Schüler-Weg

Reishin Bigan Roshi sagte einmal: "Nur wer lehrt, lernt wirklich in der Tiefe". Ja, Lehren ist immer gleichzeitig großartiges Lernen. Davor in der Vorbereitung, Durchdringung, Vertiefung

z.B. eines Vortrages oder kleiner Seminare und dann durch die Praxis und Begegnung mit Menschen, die alle etwas Interessantes zu sagen und zu bieten haben.

Das Daishin Zen hält diese Stufenausbildung für sinnvoll, um langsam in die jeweiligen Aufgaben und Funktionen hinein zu wachsen. Als Zendoleiter geht es nicht nur um den eigenen Weg und die damit verbundene spirituelle Erfahrung, sondern auch um Didaktik und Verantwortung gegenüber denen, die ihnen als Wegbegleiter vertrauen. Wissen und Didaktik helfen übliche Hindernisse und damit verbundene Fragen der Psychologie zu klären. Somit sind sie wichtige ergänzende Aspekte des traditionellen Weges.

### Zen-Lehrer Weg - Vom Meditationslehrer zum Sensei

Nach der Zendo-Leiter Ausbildung in vier Stufen kann bei entsprechender Eignung die Lehrer-Ausbildung folgen. Hier gibt es ebenfalls mehrere Schritte. Die Vorstufe dazu ist der Meditationslehrer des Daishin Zen. Die Voraussetzungen sind langjährige Kensho-Erfahrung, Koans und erfolgreiche Lehr-Tätigkeit.

### Meister Weg - Roshi

Der dann möglicherweise folgende meisterliche Weg öffnet sich nach jahrzehntelanger gelebter Kensho-, Satori- und Lehr-Erfahrung. Inka-Shomei, die beurkundete Dharma-Nachfolge, kann auch unabhängig von allen didaktischen Systemen und Stufen erfolgen.