

# Zendoleiter-Kompakt-Seminar

Stufe 1: FORM

Stufe 2: GRUNDLAGEN

Leitung: Dr. Constanze Hofstaetter und Matthias Maetzel

Mit diesem Kompakt-Seminar sprechen wir besonders diejenigen Zen-Schüler und Freunde an, die gerne eine lokale "Zendo" – also eine regelmäßige Zen-Gruppe an ihrem Ort – aufbauen möchten. In diesem Seminar soll also im Idealfall innerhalb von fünf Tagen die Fähigkeit vermittelt werden, anderen Menschen in die Zen-Meditation in der Tradition des Daishin-Rinzai-Zen zu helfen.

Voraussetzung für die Teilnahme an diesem Kompaktkurs sind

- bereits an mindestens einem viertägiges Zen-Seminar teilgenommen
- ein persönliches Gespräch mit einer/m Leiter/in
- und der Wunsch, mit Unterstützung des Daishin Zen Förderkreises selbst eine Zen-Gruppe ins Leben zu rufen.

Es ist nicht unbedingt notwendig, bereits als Zen-Schüler teilzunehmen. Aber die Gründung und Leitung einer Zen-Gruppe ist dann doch daran gebunden. Wenn du noch nicht Zen-Schüler bist, aber an dem Kompaktkurs gerne teilnehmen möchtest, möchten wir gerne ein kurzes Interview per Telefon mit dir vorher führen.

## I Inhalt des Moduls "Form":

- Vertiefen und Üben der Form: Zazen, Sarei, Kinhin
- Die Form im Zen als Do
- Gemeinsame Meditation
- Wie führe ich Neueinsteiger ein und wie beantworte ich ihre Fragen
- Fragerunde, Austausch: Organisation einer Zendo oder eines Zen-Kreises
- Optional: Ablegen der Prüfung Stufe I/Form

Geprüft werden:

- Nachweis von Kenntnissen zur Form
- Kenntnis des Schülerleitfadens zu Grundlagen des Daishin Zen
- Weiterhin ist Voraussetzung zur Prüfung eine Buchvorstellung eines für dich interessanten Buches im Zusammenhang mit Zen vor der Gruppe.

## **II Inhalt des Moduls "Grundlagen":**

- Vertiefende Praxis mit Übungen zu: Zazen, Sarei, Kinhin, Rezitation
- Grundlagen des Daishin-Zen, Inhalte des Schülerleitfadens
- Vertiefende Vorträge zu ausgewählten Themen, z.B.
  - 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 der Verena Förderer oder Dr. Constanze Hofstaetter
- Fragerunde, Austausch: Organisation einer Zendo
- Optional: Ablegen der Prüfung Stufe II/Grundlagen

Geprüft werden:

- Nachweis in wichtigen Grundlagen zu den o.g. Themen
- Ein Vortrag zu einem Zen-verwandten Thema deiner Wahl, abgesprochen mit der Seminarleitung
- Nachweis eines abgeschlossenen Erste-Hilfe-Lehrgangs (kann nachgereicht werden)

## **III Inhalt des Moduls "Geführte Hara-Meditation":**

- Voraussetzungen für geführte Meditation: eigenes Hara, Verkörperung...
- Demonstration und Feedback
- Geführte Meditationen durch die hierfür freigegebenen Teilnehmer und Feedback

Die Prüfungsteilnahme an den Komplexen I und II steht allen Teilnehmern offen.

Die Teilnahme am Komplex III ist wie die an den beiden anderen für alle Teilnehmer offen, jedoch behalten wir uns vor, festzulegen, wer von den Teilnehmern aktiv zur Übung eingeladen wird und ggf. an der Prüfung teilnehmen kann.

Zu allen drei Modulen gibt es im Verlauf des Jahres auch einzelne Kurse – diese können dann zur Wiederholung und Prüfungsteilnahme auch später gebucht werden.

Wer die Prüfungen zu Komplex I (Form) und II (Grundlagen) erfolgreich abgeschlossen hat, kann im Namen des Daishin Zen und nach Absprache mit dem Zen-Meister oder einer/m Vertreter/in – juristisch im Rahmen des Daishin Zen Förderkreis e.V., der als Veranstalter fungiert - eine Zendo leiten und Meditation (Zazen) anbieten und leiten. Die Zendos und Zendo-Leiter des Daishin Zen werden auf der Homepage [daishinzen.de](http://daishinzen.de) benannt.

Der Daishin Zen Förderkreis bietet organisatorische und finanzielle Unterstützung bei der Gründung einer Zendo an, und wirkt als Veranstalter dieser Zen-Abende.

**WICHTIG:**

Zur Vorbereitung des Kompaktseminars werden wir eine **Online-Orientierungsstunde** veranstalten – hier sprechen wir noch einmal kurz über Voraussetzungen für die Prüfungen und verwandte Themen.

**Termin: Di, 25.4.2023, 18 - 19 Uhr online per Zoom**

Der Link wird nach Anmeldung zugesandt.

Wir freuen uns sehr auf dies Seminar – und wir freuen uns auf Euch!

Constanze und Matthias