



Newsletter

September 2022



In diesem Newsletter:

Inhalt dieser Ausgabe:

- Grußwort/ Barbara Salaam Wegmüller
- Neues aus der Kreiszen-Gruppe Bern
- Bericht aus dem Retreat Engl
- Bericht aus dem Herbst Sesshin in Portugal
- Eine Erzählung über Mitgefühl – Wie zerbrechlich können wir sein
- Die neue Rubrik ZPI / ZPO
- Wichtiges Zen Peacemaker Retreat in Auschwitz

Veranstaltungen: Online und gemeinsame Praxis ist auf der www.peacemaker.ch immer aktualisiert

Angebote und Infos: Kontakte ZPO Sanghas

Grußwort Barbara Salaam

Liebe Peacemakerinnen, liebe Peacemaker,

«In diesen Zeiten braucht es unsere Organisation mehr denn je»

Diesen Satz hörte ich gestern von einer jungen Peacemakerin, während einem Arbeitstreffen zur Vorbereitung des kommenden Retreats in Auschwitz, welches Anfangs November stattfinden wird.

Ich stimme ihr zu, mehr denn je brauchen wir Menschen um uns, die unsere Erde und ihre Elemente vor der zerstörenden, grassierenden Gier retten wollen. Wir brauchen Menschen, die durch Meditation ihr eigenes Sein ergründen wollen und die miteinander das Gewebe des friedlichen Miteinanders weben.

Ich hoffe, dass die Peacemaker Nachrichten, euch ermutigen den Weg des friedlichen Miteinanders zu gehen um in Gelassenheit und Freude Geschichte mitzugestalten.

Mit meinen besten Wünschen, Barbara Salaam



Neuigkeiten aus der Kreiszen-Gruppe Bern

Von Franziska Jinen Schneider



Heja, die Praxis des Kreiszen lebt, und die Kreiszen-Gruppe Bern verändert sich!

Nach vielen Jahren, in denen ich die Kreiszen-Gruppe Bern in der Funktion der Stewardess/Organisatorin betreut habe, durfte ich diese Aufgabe nun in neue Hände legen: Orsolina Bundi und Rose Shinmon Krauchthaler haben sich bereit erklärt, künftig als Co-Betreuerinnen/Stewardessen zu wirken. Nachdem sie im soziokratischen Wahlverfahren von der Kreiszen-Gruppe einstimmig gewählt wurden, haben wir uns zu Dritt während vier Tagen in einem intensiven Workshop nochmals den Grundlagen des Kreiszen gewidmet. Dabei war uns das Dokument von Margi Gregory, das sie im Jahr 2005 in Begleitung einer Studiengruppe unter Leitung von Bernie Glassman geschrieben hatte, eine wertvolle Richtschnur.

Schauen wir zurück: Im Jahr 2002 hat Zen-Meister Bernie Glassman Roshi, Gründer der Zen Peacemakers International, das Kreiszen und damit eine neue Form der Zen-Praxis ins Leben gerufen. Die Zenpeacemaker-Kreise sind nicht an eine Religion gebunden; sie sind offen für alle Menschen, gleich welcher spirituellen Tradition sie angehören. Was uns verbindet, ist die Ausrichtung nach den zentralen ethischen Grundsätzen

- ❖ Nichtwissen: Wir lösen uns von festgefahrenen Vorstellungen über uns selbst und über andere Menschen, um möglichst offenherzig die verschiedenen Stimmen wahrzunehmen.
- ❖ Zeugnis ablegen: Wir hören allen Stimmen aufmerksam zu, ganz besonders jenen, die unseren Ansichten widersprechen.
- ❖ Liebende Handlung: Unser Handeln hat eine breite Basis und ist eine Antwort auf aktuelle Bedürfnisse.

Diese drei Grundsätze sind Ausdruck der drei «Kostbarkeiten», wie sie im buddhistischen Sprachgebrauch genannt werden:

- ❖ Einheit: Wir erkennen die erwachte Natur aller Wesen.
- ❖ Verschiedenheit: Wir achten die Vielfalt der Erscheinungen.
- ❖ Beziehung zwischen Einheit und Verschiedenheit: Wir leben in Verbundenheit mit allen Wesen.

Bernies Schüler:in Barbara Salaam und Roland Yakushi Wegmüller, inzwischen beide Roshis, haben die ersten Kreiszen-Gruppen in der Schweiz gegründet. Im Jahr 2008 hat Barbara mit einer Gruppe von fünf Personen ein Steward-Training durchgeführt, und nach Abschluss dieses Trainings wurde ich in soziokratischer Wahl als neue Stewardess ernannt.

Wie funktioniert Kreiszen? In der Kreiszen-Gruppe treffen wir unsere Entscheidungen gemeinsam in soziokratischer Wahl. Jedes einzelne Kreismitglied trägt Verantwortung für das Wohlergehen und das Gedeihen des Kreises, für das gemeinsame Wachsen und Erwachen. Dabei ist das Kreisgeschehen unsere Lehrerin. Einzelne Gruppenmitglieder übernehmen jeweils die Aufgaben der Tagesorganisation und des Geschichteschreibens.

So sieht ein typisches Treffen unseres Zen-Kreises aus: Wir treffen uns ca. alle sechs Wochen an einem Samstag. Den gemeinsamen Tag beginnen wir mit einer Meditation, mit Einladungen und mit einer Befindlichkeitsrunde. Nun widmen wir uns der spirituellen Lektüre, die wir in soziokratischem Auswahlverfahren bestimmt haben. In freier Diskussion tauschen wir über unser Verständnis der Lektüre und unsere eigene Erfahrung aus. Nach einem gemeinsamen Mittagsbuffet widmen wir den Nachmittag dem Kreisgespräch. Dieses führen wir nach den Regeln «mit dem Herzen zuhören, aus dem Herzen sprechen, nicht über das Feuer sprechen, allen Raum geben, absolute Vertraulichkeit». Den Tag beschliessen wir mit Meditation, einem Lied, einer Abschlussrunde und mit Widmungen. Das August-Treffen verbringen wir seit einigen Jahren mit Samu im Stiftsgarten von Angela Losert.

Nach der Übergabe der Steward-Funktion an Rose und Orsolina freue ich mich nun auf die neue Phase, in der ich weiterhin als Mitglied unseres Zen-Kreises meine Praxis des Kreiszen vertiefen darf.

In Gassho und Dankbarkeit für diese Praxis,
Franziska Jinen

Zur Berner Kreiszen-Gruppe in Anbetracht der Veränderungen

Von Orsolina Bundi-Lehner

Ja, die Kreiszen-Gruppe lebt.

Franziska hat sie als Stewardess/Organisatorin und mit uns allen als Mitwirkende über Jahre lebendig erhalten und dafür gesorgt, dass wir uns zum Austauschen und Meditieren treffen. Berührende Begegnungen und interessante Gespräche zu einer un-dogmatischen Spiritualität sind möglich geworden. Mir sind das Christentum und Gott nahe. In dieses Kulturgut bin ich hineingeboren, und aus dieser Erfahrung heraus werde ich gerne die Co-Stewardess-Funktion übernehmen. Zusammen mit Rose werden wir die Begleitung verantwortungsvoll und mit Freunde weiterführen. So wird diese Zengruppe im Sinne von Bernie Glassman weiterleben.

Franziska und der Gruppe danke ich herzlich für das Vertrauen in unsere Co-Begleitung. Die zurückhaltende Stewardess-Funktion von Franziska möchte ich gerne weiterführen. Die verschiedenen Verantwortungen in der Gruppe bleiben im heutigen Sinn bestehen. Auch wenn ich manchmal Veränderungen scheue, fühle ich mich bereit, die Herausforderung als Co-Stewardess anzunehmen. Rose und ich werden uns darin gegenseitig unterstützen.

Ein Kreiszen-Tag lässt uns erfahren, dass das Kreisgeschehen unsere Lehrerin ist. So werden wir miteinander weiter gedeihen auf unserem Weg. Darauf freue ich mich zusammen mit uns Allen. Danke. Eure Orsolina

Von Rose Shinmon Krauchthaler

Jeder Wechsel bringt Bewegung in eine Gruppe, und so wird es auch bei uns sein. Mögen diese Wellen uns alle zu achtsamem Mitgestalten des Berner Zenkreises anregen.

Ich freue mich, zusammen mit Orsolina in diese Aufgabe hineinzuwachsen, begleitet von Franziska und unterstützt durch alle Mitglieder unseres Kreises.

Der Text von Margi Gregory, den auch alle Gruppenmitglieder erhalten haben, hat Franziska, Orsolina und mich auf einen spannenden Weg der Auseinandersetzung und des Entdeckens geführt, und wir werden uns weiterhin mit den zentralen Themen der Zen Peacemaker-Bewegung beschäftigen.

So erlebe ich unsere Kreiszen Gruppe Bern: Jedes Mitglied bringt seine Erfahrungen, Prägungen und Ideen in die Gruppe ein. Dabei richten wir uns nach den zentralen ethischen Grundsätzen der Zen Peacemaker.

Auf relativ kleinem Raum, mit einer klaren Tagesstruktur, verbringen wir einen Tag zusammen. Wir erleben Unterschiede im Denken, Fühlen und Handeln. Wir erfahren, wie jede und jeder damit umgeht. Wir lassen Verunsicherung, Ärger, Freude, Mitfühlen und Kreativität zu. Dadurch erfahren wir die drei Grundsätze an uns selber und mit der Gruppe jedesmal direkt und immer wieder neu.

In dem Sinne freue ich mich, mit euch allen gemeinsam den Weg der Berner Kreiszengruppe weiter zu gestalten und zu gehen. In Gemeinschaft zu praktizieren ist ein Geschenk, das wir immer wieder neu öffnen können.

Allen sei Dank, die mit uns unterwegs sind.

In herzlichem Verbundensein, Rose Shinmon Krauchthaler

Neugierig geworden?

Wir treffen uns jeweils in der **Gemeinschaftspraxis Seidenweg 68, 3012 Bern**, sind offen für ein Wachsen der Gruppe und freuen uns auf neue Mitglieder. Orsolina und Rose nehmen deine Anfrage gerne entgegen.

Rose Krauchthaler, Telefon 079 617 50 04,

E-Mail: rosekrauchthaler@gmail.com

Orsolina Bundi-Lehner,

E-Mail: orsolina.bundi@bluewin.ch



«Sei gepriesen, Mutter der Weisheit»

In diesem Geist fand das Retreat im Seminarhaus Engl in Unterdietfurt DE statt.

16 Frauen teilten entspannte Stille, die ab und zu mit Geflüster und Lachen durchbrochen wurde. Zwei Lehrerinnen wurden krank und konnten leider nicht dabei sein.

So teilte die Gruppe von 16 wunderbaren Frauen, spontan Praxis und Weisheit im Kreisgespräch. Marge Daien tanzte mit uns die Essenz der 21 Taras und schenkte uns ihre kraftvollen Belehrungen zu der weiblichen Buddha.

Ich wünsche mir, dass durch Marge Daien, noch viele Frauen die Erfahrung machen dürfen, dass wir Tara auch tanzend verkörpern können.

Ich erlebte das Miteinander der Frauengruppe als nährend und unterstützend und bedanke mich herzlich bei allen Frauen für die gemeinsame Zeit. Der grosse Lindenbaum vor dem Seminarhaus, steht wie eine Stupa da, und als Wind aufkam, tanzten auch die fallenden, goldenen Blätter unser Körpergebet mit.

Die drei Frauen, Moni, Steffi und Brigitte verwöhnten uns mit feinem, farnefrohem und nahrhaftem Essen, welches wir in Dankbarkeit genossen haben. Die Natur um das Seminarhaus ist wunderschön, da ist eine tiefe Stille in die wir uns vertrauensvoll öffnen und entspannen dürfen. Es gibt keine Lichtverschmutzung, so ist der Sternenhimmel oft sehr klar.

Ich freue mich schon auf das nächste Retreat, im September 2023, wenn ich wiederum im Engl eingeladen bin.

Barbara Salaam



Engl

Herbst-Sesshin in Dewachen, Alenquer, Portugal

Alcio Bráz Eido Soho Sensei

Unsere portugiesische Sangha Togeckkoji, Templo Luar do Coelho führte am Wochenende vom 17. und 18. September ihr erstes persönliches Sesshin seit Beginn der Pandemie durch.

Dewachen heisst das Seminarhaus welches auch ein buddhistischer Tempel ist. Dewachen ist tibetisch und steht für Sukhavati.

Es wird gehalten und geleitet von Paulo Borges und Daniela Velho.

Der Tempel ist der Weißen Tara gewidmet, und gehört in die Linie von Mingyur Rinpoche.

Wir sind so dankbar für die achtsame Unterstützung der Teilnehmenden, welche die Gärten und Gemüsegärten auf dem Bauernhof während des Sesshins gepflegt haben und für das köstliche vegetarische

Essen, das die Mitarbeiter des Heiligtums für uns zubereitet haben.

Das persönliche Wiedertreffen bot uns die Gelegenheit, mit Texten von Dogen Zenji und Dainin Katagiri Roshi zu arbeiten, welche das achtsame und liebevolle Handeln als die Manifestation des Universums selbst betrachten. Das Universum ist eine Perle, es ist ein Tautropfen, es ist unser engagiertes Handeln in dieser Welt. Wir arbeiteten in Stille, kümmerten uns um die Erde, die Pflanzen und die Einrichtungen. Ana Pedro hat die Gelübde abgelegt und wurde in der Sangha mit dem Namen Hishiryo Makoto Mokusui aufgenommen, nun als Mitglied im Leien-Orden der Dharma Hospitäler, aus Brasilien.

Wir konnten über das Dharma und seine Manifestation in jeder Kultur reflektieren und versuchten, den dualen, aber integrativen Aspekt der Praxis wiederzubeleben: Überwindung der Anhaftung an egozentrische Identitäten, mit Respekt für die Besonderheiten der Geschichte und Kultur jeder Gruppe von Praktizierenden. Wir respektieren die Vorfahren, die uns die Gabe der Praxis lehrten, und wir respektieren die Vorfahren, die uns die Gabe des Lebens schenkten.

Unter verschiedenen symbolischen Handlungen, welche chauvinistische, frauenfeindliche und gewalttätigen Aspekte, die sich in traditionellen Ritualen verbergen, ins Bewusstsein zu rufen, haben wir einen Kyosaku gebrochen, um uns auf diese Weise von gewalttätiger Kommunikationspraxis, die nicht zum Erbe des Dharmas von Shakyamuni Buddha gehört, zu verabschieden. Wir haben auch die Maraca mit einbezogen, ein Instrument der Urvölker von Abya Yala, dem Lebendigen Land, das seit der Kolonisierung Amerika genannt wird.

Es wird oft gesagt, dass Zen uns aus der Komfortzone herausholt, indem es uns in Regeln einbindet,

die aufgrund ihres Altertums einen sakralen Charakter angenommen haben. Aber es scheint noch schwieriger zu sein, aus der Komfortzone herauszukommen, die durch unreflektiert überlieferte Traditionen geschaffen wurde. Im Gegensatz zu den buddhistischen Kirchen, die auf ihn folgten, übermittelte der Buddha keine Dogmen. Er war sogar in der Lage, seine ursprüngliche machistische und frauenfeindliche Vision zu ändern, indem er den Eintritt von Frauen in den Orden nach erstem Widerstand, akzeptierte. Er gab ein großartiges Beispiel, das leider von der Mehrheit seiner Anhänger nicht befolgt wurde.

In einer Welt, in der wir versuchen, Frieden zu schaffen, halten wir es für notwendig und dringlich, unsere Gruppenpraktiken gründlich zu überdenken, damit die Praxis tatsächlich erleuchtend ist und nicht nur eine bloße Wiederholung abgenutzter Machtstrukturen. Nur so haben wir wirklich die Möglichkeit, Gemeinschaften von mitfühlender, liebevoller Fürsorge aufzubauen, die auch jenseits elitärer Gruppen funktionieren können.



(Tempel Mondschein des Hasen - Schwestertempel von Eininji, aus Rio de Janeiro, Brasilien, unter Leitung von Alcio Brás Eido Soho Sensei): <https://togeekoji.org/>

Seminarhaus und Tempel Dewachen: <http://www.visaopura.pt/>

Wie zerbrechlich können wir sein

Eine Erzählung über Mitgefühl aus dem Buch, das in Zukunft erscheinen wird. (von Sabine Bartlewski)

Wie einsam können wir sein, wie alleine können wir uns fühlen, unter so vielen Menschen, eingengt in der Menge. Wir waren in einem Zug, überfüllt von Menschen unterwegs in ihren Wochenendausflügen, jeder möchte noch rein, jeder möchte noch

mitfahren, keiner möchte zurückbleiben. So sind alle Sitzplätze bald belegt und so sind alle Stehplätze gleich eingenommen, sowie die Zwischenräume unter den Leuten auch. Kein Zentimeter Platz auf dem Boden, ein Schuh an dem anderen. Die Luft wird

eng, es schaukelt, es ist Sommer, es ist heiß, die Fenster in diesem Zug gehen nicht auf. Geruch von Schweiß, Gefühl von Angst hinter den Masken der Pandemie die hier wohl noch kaum jemanden schützen. Jeder starrt in sein Handy und versucht die Flucht ins Internet.

Plötzlich schreit ein Mann auf, „möge doch jemanden dieser Frau, der es schlecht geht, den Platz zum sitzen anbieten!?“ Kein Mensch rührt sich. Es geht ja allen schlecht. Ich habe einen Sitzplatz, aber weit weg von der Frau, die ich gar nicht sehe, nicht erkennen kann, wer und wo sie ist. Dann warte ich, nehme an, dass jemand neben ihr sich angesprochen fühlen würde, ist doch klar. Aber nichts tut oder bewegt sich. Dann stehe ich auf und rufe zurück, „hier ist ein Platz, kommen Sie bitte, hier ganz hinten, Sie können hier sitzen.“ Die Menschenmenge bewegt sich wie eine Welle, sie, die Frau wird angeschwemmt, kraftlos an meinen Platz. Der Mann vor mir in der vierer Abteilung steht auf und besteht darauf, sie auf seinen Platz niederzulassen. Ich solle sitzen bleiben und so sitze ich ihr genau gegenüber.

Sie sitzt nun, aus ihren geschlossenen Augen fließen lautlose Flüsse von Tränen. Der ganze Körper zittert, man zieht ihr die Maske vom Gesicht, damit sie mehr Sauerstoff hat. Zwischen uns ist der Tisch vom Viererplatz. Ich schaue sie an, möchte ihr meine Hilfe anbieten, meinen Blick, aber sie öffnet die Augen nicht. Sie ertrinkt fast in den eigenen Tränen. Ich neige mich vor und warte auf den Moment, wo sie einen Schlitz die Augen öffnet, dann lege ich meine offenen Hände auf den Tisch unter ihren Augenschlitz und biete meine Hände. Die trauernde Frau nimmt die Geste wahr, nimmt sie als Angebot an, ohne mich anzusehen, ohne zu sehen wem die Hand, nur das Mitgefühl versteht sie. Die Frau legt ihre Hände in meine, schließt wieder die Augen und ich schließe die meinen und wir atmen zusammen, und ich meditiere in Tonglen. Ihr Leid atme ich ein, und Liebe, Erleichterung in Mitgefühl versuche ich zurück zu geben. Ein und aus, ein und aus, Hand in Hand.

Etwa eine viertel Stunde sind wir mit den Händen so verbunden. Dann öffne ich meine Augen um zu schauen, wie es ihr geht. Sie ist ruhiger, sie zittert nicht mehr, sie atmet leichter und der Tränenfluss

ist nur ein kleiner Bach. Die Augen sind noch zu. Dann bietet ihr jemand Wasser an. Ein junges Mädchen gibt ihr ein Tempo-Päckchen. Man fragt sie, wie es ihr ginge. Noch keine Antwort, aber mitfühlende Fragen. Die Sitznachbarin drückt ihr die Flasche in die Hände, die Frau hat jedoch keine Kraft diese an den Mund zu führen. „Darf ich helfen?“, frage ich. Sie schaut mich an und flüstert, „keine Kraft...“ Dann stelle ich mich an ihre Seite, halte ihren Kopf in einer Hand und führe mit der anderen das Wasser an ihren Mund, wie eine Mutter das Fläschchen dem Kind. Sie nippt, einen winzigen Schluck nach dem anderen, dann ist gut. Sie kann jetzt mit dem Tempo ihre Augen und Nase trocknen. Ich sehe, dass sie keine Deutsche ist, es ist leicht erkennbar, sie ist um die 50 Jahre alt, dunkle Haut, mit Sicherheit stammt sie aus einem fernen Land. Es ist



zu vermuten, dass ihre Heimat nicht Deutschland ist. Ich möchte nicht fragen, aber irgendwie ein Gespräch anbieten, dass sie reden kann, wenn sie das möchte. Und als ich so noch neben ihr stand, beuge ich mich zu ihr, berühre ihre Schulter sanft und stelle mich leise vor, „mein Name ist Clara und ich bin Brasilianerin. Wie heißt du?“ Sie schenkte

mir ihren Blick mit weit geöffneten Augen und sagte, „ich bin Ana und bin baiana da Bahia, Brasil.“ Wir lächelten uns auf Portugiesisch an und ich setzte mich wieder auf den Platz, Ana gegenüber. Ana erzählte mir nun in ihrer Muttersprache, sie hätte eine Panik Attacke und noch nie war es so schlimm gewesen, wie in dem vollen Zug. Der Zug fuhr genauso weiter wie zuvor, aber die Fülle war schon nicht mehr ganz so bedrohend für Ana, die sehr gut Deutsch sprach, denn seit über 20 Jahre lebt sie in Deutschland. Die gerade kurz vorher von Panik ergriffene Frau erzählte langsam, ich hörte nur zu, und es ging ihr längst nicht mehr so angsterregend schlecht wie gerade eben. Wir fuhren in die gleiche Stadt, ich war auf dem Heimweg, Ana hatte einen freien Tag und war auf dem Weg einen Freund zu besuchen. Ich begleitete sie zu Fuß und im Bus bis zu ihrem Ziel, der Freund umarmte sie herzlich und ich konnte mich nun verabschieden. Ana ist Krankenschwester. Sonst ist es sie, die immer anderen Menschen in Not hilft.

Wichtiges Retreat - Auschwitz

Zeugnis Ablegen Retreat in Auschwitz-Birkenau - 30. Oktober bis 5. November 2022

Informationen und Anmeldung unter:

<https://zenpeacemakers.org/programs/auschwitz-birkenau-bearing-witness/>



ZEN PEACEMAKERS
INTERNATIONAL

Zen Peacemakers International
Zen Peacemakers Order

Liebe Leser*Innen!

In dieser neuen Rubrik **ZPI/ZPO** möchten wir im Newsletter das internationale Netz der Zen Peacemakers verbreiten und stärken und den Austausch fördern. In der ersten Erscheinung der Rubrik, fassen wir kurz zusammen, worum es eigentlich geht und was die Abkürzungen bedeuten.

ZPI - Eine Sangha ohne Grenzen

ZPI Zen Peacemakers International ist eine grenzenlose Community von Friedensstiftern, die als Sozial- und Umwelt-Aktivist*innen, sich auf die Dharma-Lehren von Roshi Bernie Glassman basierend, im Leben engagieren. Durch die Praxis der Meditation und der drei Grundsätze der Zen-Peacemakers, -

Nichtwissen, Zeugnis ablegen und Handeln, - ist die Absicht verkörpert, ein ethisches Leben zu führen und soziales Handeln als Weg des Erwachens und des Dienens zu erkennen. Die Mission des ZPI ist es, Friedensstifter in der ganzen Welt zu verbinden, zu inspirieren, zu motivieren, auszubilden und zu mobilisieren. Mitglieder und Partner der weltweiten Bewegung werden unterstützt, humanitäre, friedensstiftende und soziale Aktionen auf der Grundlage der drei Grundsätze der Zen-Friedensstifter ins Leben zu rufen und durchzuführen.

Der ZPO

Der Zen-Peacemaker-Orden (ZPO) ist Teil der ZPI. Der Orden ist ein kleinerer Kern von Mitgliedern, die ihre Praxis und ihren Einsatz für soziale und

ökologische Veränderungen auf dem Weg des Dharma vertiefen wollen. Sie geloben, die Ordensregel aufrechtzuerhalten, um allen Wesen zu dienen, als Ergebnis von 2.500 Jahren direkter Übertragung durch engagierte Praxis, von Lehrer zu Schüler, über Generationen und Kontinente hinweg, die bis zum indischen Shakya-Meister Siddhārtha Gautama, dem Buddha, zurückreichen.

Vor fünfundzwanzig Jahren brachten Bernie Glassman und Jishu Holmes uns zusammen, mit der Einladung, Teil einer Sangha ohne Mauern zu sein, in der Übung in das Leben zu tauchen, so wie es ist, nichts ausschließend, niemanden auslassend. Mit den Drei Grundsätzen fordert uns der Zen Peacemaker-Orden auf, mit unserem ganzen Wesen die Realität der Verbundenheit zu erfahren. Unser Zendo sind die Straßen, die Plätze von Genoziden,, die Herbergen für Obdachlose, die Gefängnisse, das Land der Ureinwohner, die Schulen und Krankenhäuser. Wir überqueren Ozeane und Grenzen, öffnen unseren Herz und Geist. Wir unterstützen uns gegenseitig bei der schwierigen Aufgabe, Bernies Bestreben im täglichen Leben umzusetzen: "Mögen wir immer den Mut haben, Zeugnis abzulegen, uns selbst als die anderen zu sehen und die anderen als uns selbst." Auch mit Humor! Heute vereinen und verpflichten wir uns erneut dazu, im Zen Peacemaker Orden, die spirituelle Grundlage von Zen Peacemaker International.

Durch das Angebot einer Vielzahl von Trainings und Praktiken des Weges, die das Dienen mit dem Dharma verbinden, entwickeln wir eine lebendige und verbundene Praxisgemeinschaft, die ihre Mitglieder in allem, was sie tun, unterstützt und ermächtigt. Wir verpflichten uns, die Übertragungslinie und die tiefen Gelübde unserer Vorfahren, Lehrer*Innen und Zen-Praktizierenden, die vor uns kamen an diejenigen weiterzugeben, die nach uns kommen werden.

Bei Interesse an einer Ausbildung im ZPO, bitte unten auf den link klicken.

<https://zenpeacemakers.org/zpo-application-page/>



Bernie Glassman

Die Drei Grundsätze

Das regelmäßige Umsetzen der Praxis der Drei Grundsätze kann dazu führen das Leben jederzeit von der Mitte aus zu gestalten. Jeder Grundsatz spiegelt den anderen wider; die Grundsätze sind nahtlos ineinander verwoben und fließen als Zentrum, Gegebenheit und Handlung in einem unendlich vielfältigen und sich endlos entfaltenden Kreislauf des Lebens. Die buddhistische Meditation schult uns mit den Drei Grundsätzen zu sein, indem wir das Gewahrsein von vorübergehenden Gedanken, Gefühlen und Empfindungen schärfen und so erkennen, dass die Handlung aus der Wahl und Verantwortung entsteht, und wir nicht mehr nur reaktiv antworten.

Nicht-Wissen: loslassen von festen Vorstellungen über uns selbst, über andere und über das Universum.

Schwierige Lebensumstände - politische Krisen, der Verlust eines geliebten Menschen oder auch die Arbeit, Kriege und hoffnungslose Zeiten – lassen das Leben plötzlich sehr unsicher erscheinen, und feste Überzeugungen können von einem Moment auf den anderen ihren Halt verlieren. Wie sollten wir wissen, was als Nächstes passiert? Das Universum, vom Kleinsten bis zum Größten, ist stets im Fluss, und Nicht-Wissen bedeutet, diese sich ständig wandelnde, verbundene und nichts ausschließende Realität, - das Leben-, zu erkennen.

Zeugnisablegen: von Freude und Leid in der Welt

Die Praxis des Zeugnisablegens besteht darin, alle Aspekte einer Situation zu sehen, einschließlich der eigenen Anhaftungen und Urteile. Das Leben verlangt auch, dass wir uns den Bedingungen stellen, indem wir uns für die Einzigartigkeit dessen, was auf uns zukommt, öffnen und dem so begegnen, wie es ist. Das Zeugnisablegen ermöglicht uns der Dinge bewusst zu sein, die sich anfühlen, als hätten wir unsere Mitte verloren und somit entsteht ein vielfältigeres Bild der Lage, - unabhängig von Zeit, Ort, Situation oder beteiligten Menschen.

Handeln: das aus Nicht-Wissen und Zeugnisablegen entsteht

Manchmal ist die Handlung einfach nur die Fortsetzung der Praxis der ersten beiden Grundsätze; diese Praxis ist bereits für sich eine fürsorgliche Handlung. Es ist unmöglich vorauszusagen, welche Handlung aus einer Situation entstehen wird, oder wann und was sich daraus ergeben wird. Und obwohl die Handlung aus dem Nicht-Wissen und Zeugnisablegens sich spontan und oft überraschend ergibt, passt sie immer perfekt zur Situation. Die grundlegende Absicht ist, dass die Handlung eine fürsorgliche Handlung ist, die allen und allem in der gesamten Situation dient, einschließlich uns selbst.

Angebote und Veranstaltungen 2022

Bitte finden Sie den aktuellen Stand der Angebote der Peacemaker Schweiz auf der Webseite:

<https://www.peacemaker.ch/angebot/>

Durch aktuelle Gegebenheiten können sich die Angebote kurzfristig ändern. Wir bitten um Verständnis.

Die Praxis in der Schweiz

Spiegel-Sangha

Zumbachstr. 28, 3095 Spiegel b. Bern – Kontakt: Barbara Salaam Wegmüller und Roland Yakushi Wegmüller,
Telefon 031 972 24 29 - <https://www.peacemaker.ch>

Meditation in Bern

Kramgasse 68 –Yoga-Raum Ruth Walker, Kontakt: Lilo Spahr, Telefon 079 711 96 94 – mittwochs, 20.30 – 22.00 Uhr, vier-zehntägig - nächste Termine nachfragen. lilo.spahr@lorraine.ch

Meditation in St. Gallen

Zen-Zentrum im Grünen Ring, Heinstrasse 12, 9008 St. Gallen; Kontakt/Infos: Franziska Jinen Schneider, Tel. 031 961 27 01
www.zen-imgruenenring.ch

Kreis-Zen Gruppe Bern

Gemeinschaftspraxis Seidenweg 68, 3012 Bern.;
Kontakt: Franziska Jinen Schneider, Tel. 031 961 27 01 franziska@zenpeacemakers.org

Meditation in Zürich

Zürich Zen Center – Soto Shu und Zen Peacemaker:

Rebberg Zendo, Dorfstrasse, 53, 5430 Wettingen
und

Unsui Zendo, Gasometerstrasse 14, 8005 Zürich
Kontakt: Jorge Koho Mello & Marge Daien Oppliger

Infos: zurichzencenter@gmail.com

<https://www.zurichzencenter.org>

Das Wochenprogramm des Zürich Zen Center:

Wir haben zur Zeit folgende regelmäßige Angebote mit gemischtem Format (Präsenz- und Online) an:

Montags - Rebberg Zendo

- 19:30 Uhr – auf Deutsch

Mittwochs - Unsui Zendo, Gasometerstrasse 14, 8005 Zürich

- 17:00 Uhr - Zen Peacemakers Brasil - auf Portugiesisch

19:30 Uhr- auf Englisch/Portugiesisch

Gestaltung Newsletter: Sabine Bartlewski