



Impressionen vom
Retreat im Felsentor

Chan: Das torlose Tor (Schluss)

In den beiden letzten Rundbriefen haben wir von den Methoden Stilles Gewahrseins und *huatou* gesprochen. Meister Sheng Yen sagt: Beim Training meiner Schüler wende ich zuerst eine Methode an, um den zerstreuten Geist zu vereinheitlichen. Wenn der Geist des Praktizierenden stabil und konzentriert ist, kann die Anwendung eines *huatous* bewirken, dass der grosse Zweifel entsteht. Dieser Zweifel ist das existenzielle Dilemma, das allen unseren Erfahrungen zugrunde liegt – die Frage, wer wir sind, und die Bedeutung von Leben und Tod. Wahrscheinlich hat das erste Durchbrechen des Zweifels nicht genügend Energie, um den Geist vollständig vom Anhaften zu reinigen. Yuanwu (1063-1135) sagte zu seinem Schüler Dahui nach seinem ersten Durchbruch: „Du bist gestorben, aber du bist zum Leben zurückgekehrt.“ Seine Erleuchtung wurde später bei seiner zweiten Erfahrung bestätigt. Es ist sehr wichtig, einen bewährten Meister oder Lehrer zu haben, der durch alle Stadien der Praxis führt. Jede Erfahrung, die man infolge der Praxis erlebt, muss von einem erfahrenen Meister bestätigt werden, welcher den Unterschied zwischen einem echten und einem falschen Erwachen erkennt.

Die Praxis von *huatou* ist ein energischer, explosiver Zugang zur Erleuchtung; die Praxis von Stilem Gewahrsein ist ein eher friedlicher Weg. Jedoch erfordern beide die gleiche Grundlage: einen stabilen und vereinheitlichten Geist. Und beide haben das gleiche Ziel: das Verwirklichen der Natur des Geistes, das heisst der Natur der Leere, der Buddha-Natur, der Weisheit und des Erwachens.

Aus: „Im Geiste von Chan“ von Meister Sheng Yen

10-Tage intensives Chan-Retreat mit dem Ehrw. Meister Guo Ru, Dharma-Erbe von Meister Sheng

Yen Mo 19. Mai (18 Uhr) bis Mi 28. Mai (10 Uhr) 2014 in Ravensburg [siehe www.chan-bern.ch](http://www.chan-bern.ch)

Vortrag vom Ehrw. Meister Guo Ru „The Wisdom of Patriarch Chan in Daily Life“

Vortrag auf Chinesisch, englische Übersetzung

Freitag 16. Mai 2014 um 19:30 Meditationsraum von Haus Sein, Brunnghasshalde 37 [siehe Anhang](#)

Einführung in Chan Meditation II: 5 Freitag-Abende mit Wiederholen der Grundkenntnisse und Kennenlernen weiterer Aspekte der Meditation. Jeweils kurze Theorie und Üben der Sitz- und Bewegungs-Meditation. [siehe www.chan-bern.ch](http://www.chan-bern.ch)

Fortlaufende Angebote: Meditationen Samstag 06:00 bis 11:00 Uhr. Dienstag und Donnerstag 06:00 bis 07:30 Uhr.

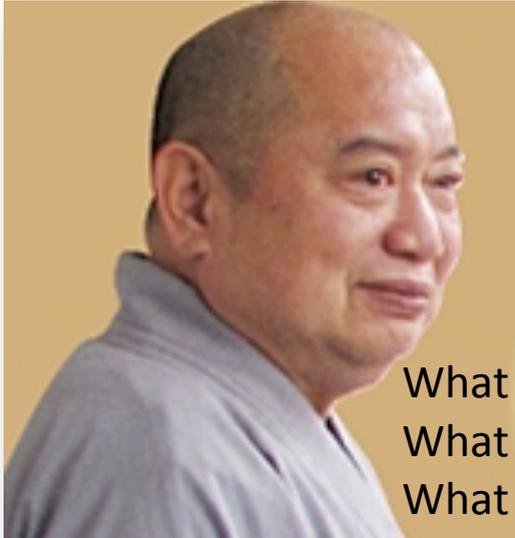
Entspannung und zur Ruhe finden Mittwoch 18:00 bis 19:00 Uhr.

Bibliothek zu spirituellen Themen wie Buddhismus (v.a. Zen und Chan), christl. Mystik, Sterben und Tod und weitere. Ausleihe: samstags 11:00 bis 12:00 Uhr, Brunnghasshalde 37

Das **Jahresprogramm und alle Aktivitäten** sind auf unserer Webseite

www.chan-bern.ch

Herzliche Grüsse, Hildi



What is it?
What are you looking for?
What are you heading to?

Dharma-Talk

by Ven. Master Guo Ru,
Dharma-heir of Chan-Master Sheng Yen

The Wisdom of Patriarch Chan in Daily Life

Ven. Master Guo Rui is one of the Head Trainers
at Dharma Drum Mountain's Meditation Hall in
Taiwan

Vortrag auf Chinesisch, englische Übersetzung

Freitag, 16. Mai 2014, 19.30

Meditationsraum im Haus Sein,
Brunngasshalde 37, 3011 Bern

Eintritt frei, Kollekte