

Mystik - Stille - Zen

In unserem westlichen Kulturraum wird die Mystik meist mit einem persönlich gedachten Gott oder einer Gottheit verbunden. Wer Mystik aber nur religiös definiert, fasst sie zu eng. Mystik ist die Suche des Menschen nach dem Großen Sinnzusammenhang in dem er lebt. In der Mystik geht es um die unmittelbare Erfahrung des Einsseins mit dem ganzen Universum - im religiösen Sinn um die Einheit von Gott und Mensch.

Mystische Erfahrungen ereignen sich unmittelbar in Momenten realer Gegenwart. Es sind diese wachen Momente im Leben, bevor ein "Ich" erscheint, um den Augenblick zu bewerten. Solche Augenblicke vermitteln ein Gefühl von innerem Frieden, ein Einverständnis mit sich selbst und der Welt. Die Zeit scheint für einen Augenblick still zu stehen, das Vorher und Nachher kurz zu verlöschen.

Diese Erfahrungen sind am Anfang meist noch nicht besonders tief und ein "Ich" gewinnt bald wieder seine Dominanz. Und doch kann ein solches Erlebnis der Beginn eines Weges sein in die eigene Ganzheit. Dieser Weg ist nicht leicht, aber er verändert den Menschen in seiner Tiefe. Dann kann es zu Erlebnissen führen, die das bisher Begreifbare übersteigen.

Für den Kirchenvater Augustinus war es "Die leise Berührung mit dem Ewigen."

Der Mensch soll sich nicht genügen lassen
an einem gedachten Gott;
denn wenn der Gedanke vergeht,
so vergeht auch der Gott.

Man soll vielmehr einen wesenhaften Gott
haben, der weit erhaben ist über die
Gedanken des Menschen und aller Kreatur.

Meister Eckhart

Stille

Hinter der Stille

KURSE 2022

im Augustinerkloster zu Erfurt



Zen-Meditation
für Christen und alle Suchenden

Kursinhalt

Der Übungsweg des Sitzens lebt von der Wiederholung des immer gleichen Tuns. Die Übung und die Kunst liegt darin, es bewusst zu tun, von Moment zu Moment ganz dabei mit allen Fasern meiner Existenz, vergessend, dass ich es je schon getan habe.

Auf unserem Kissen meint es das schweigende Sitzen, das fließende Atmen, das Ziehenlassen meiner Gedanken und das unermüdlige Sammeln meines Geistes in ungeteilter Aufmerksamkeit. Nicht Aufmerksamkeit auf etwas, sondern Aufmerksamkeit ohne etwas. Bis es Aufmerksamkeit wird sogar ohne jemand, der da aufmerksam ist. Wenn unser Geist diese ursprüngliche Klarheit und Reinheit wiedergewonnen hat, scheint wie von selbst das auf, was die christlichen Mystiker den "Seelengrund" genannt haben und was im Zen die "Wesensnatur" genannt wird.

Die Stille in diesen Tagen ist an kein Gedankenkonzept, keine Religion und keine Kultur gebunden

In die Stille zu gehen,
heißt nicht still zu werden,
sondern die STILLE zu sein,
die in allem ruht.

Voraussetzung

Bereitschaft sich auf ein intensives Üben im Schweigen einzulassen.

Erfahrungen in gegenstandsloser Meditation sollten vorhanden sein.

Termin

Samstag 07. Mai 2022

Beginn: 10:00 Uhr

Ende: 15:00 Uhr

Samstag 10. September 2022

Beginn: 10:00 Uhr

Ende: 15:00 Uhr

Samstag 08. Oktober 2022

Beginn: 10:00 Uhr

Ende: 15:00 Uhr

Ort

Evangelisches Augustinerkloster

Augustinerstraße 10, 99084 Erfurt (Waidhaus)

Kosten

Kursgebühr: 35,- €

In begründeten Einzelfällen (z.B. bei Arbeitslosen und Studenten mit Ausweis) wird nach Rücksprache eine Ermäßigung gewährt.

Die Bezahlung erfolgt in bar vor Ort.

Mitzubringen

Es ist vorteilhaft, die eigenen Sitzgelegenheiten mitzubringen. Einige Bänken und Decken sind vorhanden.

Zum Mittagessen bringt jeder etwas für sich mit. Wir essen gemeinsam im Schweigen.

Anmeldung

Bei Interesse an einem Kurs oder an Informationen senden sie bitte eine Mail an:

boehme@stille-meditation-leipzig.de

Es wird ein Platz reserviert und sie bekommen ca. eine Woche vor dem gewählten Termin eine Erinnerungsmail und können sich **dann verbindlich** anmelden.

Tagesplan

09:30 Ankommen (Platz einrichten)

10:00 Meditation (Zazen)

10:30 Darlegung (Teisho) - Meditation

12:00 Mittagspause

13:00 schnelles Gehen (im Freien)

13:30 Meditation - Einzelgespräche (Dokusan)

15:00 Abschlussritual

Kursleiter

Uwe Böhme

Zen-Praxis seit ca. 40 Jahren. Erste

Begegnung mit Pater Lassalle im Jahr 1979.

Ab 1990 Fortsetzung der Zen-Schulung

unter Willigis Jäger (Kyō-Un) und

anschließende Wiederholung der

Koanschulung mit Joan Rieck (Jō-un-An).

2011 eine Lehrbeauftragung (Willigis Jäger).

Weitere Informationen unter:

www.stille-meditation-leipzig.de.