

# Erstmals wird ein Kurs in Zen-Meditation angeboten

**EVANGELISCHES BILDUNGSWERK** Jahrtausendealte ungegenständliche Meditationsform wird gelehrt.

WT 01.02.25

**WEISSENBURG** - Je älter, desto besser heißt es hier wie für alle spirituellen Erfahrungswege. Sich im Leib aufrichten und die Gedanken lassen: Das war die Beschreibung und Übungsanweisung des Zen durch den Jesuitenpater Hugo Lassalle, der weltweit Kurse in Zen (aus buddhistischer Tradition) und Kontemplation (aus christlicher Tradition) leitete. „Nirgends ist das Geschenk der Ruhe des

Geistes und die Tiefe des Bewusstseins so umfassend erfahrbar wie in dieser Übung der Stille in Achtsamkeit“, schreibt das Evangelische Bildungswerk Jura-Altmühlal-Hahnenkamm (EBW JAH), das zu dem Kurs einlädt.

## Ökumenisch

Meditation führe immer zurück ins Hier und Jetzt des Alltags, sie stär-

ke die wachsame und heitere Gelassenheit im Augenblick. Zen richte sich an religiöse und nicht religiöse Menschen, sei transreligiös und ökumenisch und werde heute weltweit von spirituell interessierten Menschen praktiziert. Zen entwickelte sich als Reformbewegung aus dem Buddhismus in China, dann in Japan und kam vor etwa 100 Jahren über die USA nach Europa.

Kursleiter Dr. F. Ulrich Kayser ist Zen-Lehrer, praktiziert seit 30 Jahren Zen in verschiedenen Zen-Linien und möchte das Erfahrene weitergeben.

## Immer dienstags

Los geht es am 11. März. Der Kurs läuft bis 27. Mai jeweils dienstags von 18 bis 19.30 Uhr im Mesnersaal des Gemeindehauses St. Andreas in Weissenburg. Die Kosten liegen bei 85 Eu-

ro für zehn Termine. Der Kurs findet ab sechs Personen statt. Anmeldeschluss ist Freitag, 7. März. Weiteres findet sich im Internet unter [www.ebw-jah.de/kurse](http://www.ebw-jah.de/kurse) und noch mehr unter [evangelische-termine.de](http://evangelische-termine.de)  
Anmeldungen unter Telefon 09141/974630 (Montag, Dienstag, Donnerstag und Freitag von 9 bis 12 Uhr) oder per Mail an [bildungswerk.weissenburg@elkb.de](mailto:bildungswerk.weissenburg@elkb.de) **WT**