

Die Chan-Linie der Dharma-Trommel

Eine besondere Überlieferung ausserhalb der Schriften,
unabhängig von Wort und Schriftzeichen.
Unmittelbar auf des Menschen Herz-Geist zeigen,
die eigene Natur schauen und Buddha werden.

jiāowài biéchuán (教外别传)
bùlǐ wénzì (不离文字)
zhízhǐ rénxīn (直指人心)
jiàn xìng chéng fó (见性成佛)

Ab dem 9. Jahrhundert entwickelte sich die «klassische» Form von Chan, die mit den obenstehenden vier Sätzen beschrieben wird. «Unmittelbar auf des Menschen Herz-Geist zeigen» und «die eigene Natur schauen und Buddha werden» waren schon früher allgemein gebraucht worden. «Keine Übermittlung durch Schriften, unabhängig von Wort und Schriftzeichen» entstand jedoch erst, als die Zeilen auf Buddha bezogen wurden. Die zweite Zeile bedeutet nicht, Schriften zu vernichten! Nie ging es darum, dass Mönche nicht die Sutras studieren sollten. Die Chan-Klöster hatten die gleichen Aktivitäten wie allen andern. Chan trennte sich jedoch als spezielle Übermittlung ausserhalb der Lehren von der Autorität der chinesischen Tradition, überschritt diese und spielte die Wichtigkeit der Text basierten Lehren herunter. Man lernte, seine wahre Buddha-Natur auszudrücken, indem man eine nahe Beziehung mit einem wahrhaft erleuchteten Meister einging. Im Chan-Erwachen ist die Buddha-Natur in jeder Situation im Alltag realisiert.

Gemäss Meister Sheng Yen bedeutet nicht abhängig von Worten und Schriftzeichen, dass Erwachen von Beginn an unfassbar ist und nicht ausgedrückt werden kann. Eine besondere Überlieferung ausserhalb der Schriften bedeutet, dass die Übertragung von Geist zu Geist erfolgt, was auch als Übertragung der Lampe bezeichnet wird. Unmittelbar des Menschen Herz-Geist zeigen heisst, die eigene Natur zu schauen, und Buddha zu werden, bezieht sich auf die Chan-Praxis.

Diese Weitergabe von Herz-Geist zu Herz-Geist, das bedeutet von Mensch zu Mensch, ist die eine Art, wie die Lehre des historischen Buddha Shakyamuni sich bis in die heutige Zeit erhalten hat. Die andere Art ist die Weitergabe durch die aufgezeichneten Schriften. Durch diese Wiedergabe von Geist zu Geist wurden und werden die Chan-Linien aufrechterhalten. Formell erfolgt sie durch die Dharma-Übertragung vom Meister auf den Schüler. Das ist auch in der Linie der Dharma-Trommel so. Meister Sheng Yen hat meines Wissens insgesamt 19 Menschen zu Dharma-Erben gemacht. Bis jemand ein Dharma-Erbe oder eine Dharma-Erbin sein kann, braucht es eine lange Vorbereitungszeit. Man beginnt zu praktizieren, nimmt zu gegebener Zeit Zuflucht zu den Drei Juwelen, lernt die Buddha-Lehre kennen. Wenn die eigene Praxis stabil geworden ist, kann man beginnen, mitzuwirken, um diese Lehre weiterzugeben. Man übernimmt verschiedene Funktionen. Wie viele das sind, hängt auch davon ab, ob vor Ort Nonnen oder Mönche anwesend sind. Bei uns wirken keine Ordinierten, daher obliegt es Laien-Praktizierenden, die Meditationsangebote, die Weitergabe der Lehre, das Gestalten der Sangha-Aktivitäten und die Durchführung von Retreats zu übernehmen.

Welche Voraussetzungen sind notwendig, damit jemand solche Aufgaben übernehmen kann? Es braucht solide Kenntnisse des Buddha-Dharma, so wie er umfassend von Meister Sheng Yen dargelegt wurde. Es braucht die eigene Überzeugung, dass diese Lehren und die Meditation heilsam und nützlich sind, und den Willen, diese mit anderen zu teilen und sie somit weiterzugeben. Meister Sheng Yen sagte von sich selbst, dass er bereits in seiner Jugend erkannt habe: «Der Buddha-Dharma ist so wunderbar, aber so wenige Menschen wissen davon, und so viele verstehen ihn falsch.» Daher gelobte er, das wenige, das er vom Buddha-Dharma wusste, mit den andern zu teilen. Für Chan-Lehrende und Dharma-Nachfolger müssen drei Voraussetzungen erfüllt sein: (1) Korrekte Sichtweise: Das ist die Sichtweise der Leere, die auf dem Gesetz von Ursache und Bedingungen sowie Ursache und Wirkung beruht. (2) Rechtes Handeln: Die Praxis des rechten Vertrauens, der Grosszügigkeit, der ethischen Richtlinien, der Meditation und der Weisheit sowie das Praktizieren des Bodhisattva-Weges mit den sechs Paramitas. (3) Das Gelöbnis, die perfekte Weisheit eines Buddha zu erlangen: das Mitgefühl und die Weisheit des Buddha.

Neue Assistierende bei Chan Bern

Die Assistierenden wurden von unserer Lehrerin Hildi Thalmann bestimmt und werden von ihr beraten. Sie unterstützen die Lehrenden während der Retreats und können regelmässige Angebote von Chan Bern übernehmen. Sie sind auch berechtigt, lokale Meditationsgruppen zu leiten. Alle Assistierenden haben während vier Jahren den von Chan Bern angebotenen und von Hildi Thalmann durchgeführten Studiengang

«Humanistischer Buddhismus – die Chan-Lehre von Meister Sheng Yen» absolviert und an der Ausbildung zur zertifizierten Sitzgruppenleiterin* und Retreat-Assistentin teilgenommen.



Dominik Meisser praktiziert seit 2017 Chan und nahm 2022 Zuflucht in der Linie der Dharma-Trommel. Er fand in der Chan-Linie der Dharma-Trommel einen reformierten Buddhismus, der pragmatisch ist, ohne dabei die Ethik zu vernachlässigen. Er assistiert in Retreats und übernimmt die Leitung von regelmässigen Meditationsgruppen.



Stefan Sauer

hat 2018 in China zum Buddhismus Zuflucht genommen und hat danach begonnen, Chan-Meditation zu praktizieren. Er nimmt regelmäßig an Retreats von Chan Bern teil und nahm am Ende eines Retreat im Jahr 2022 erneut Zuflucht unter der Leitung der Dharma-Trommel-Linie. Er assistiert in Retreats als Zeitgeber und Leiter. Beruflich ist Stefan als Ingenieur im Energiesektor tätig.



Stephanie Zoller

hat während eines mehrjährigen Aufenthaltes in Taiwan den Buddhismus erstmals kennen gelernt. Seit 2013 praktiziert sie regelmässig und nimmt an Retreats und Veranstaltungen von Chan Bern teil. 2013 hat Stephanie unter der Leitung der Dharma-Trommel-Linie Zuflucht genommen.



Stefan Schegg ist 2005 das erste Mal über Tai-Chi mit Meditation in Kontakt gekommen. Ab 2012 praktiziert er Zen-Meditation. 2014 ist er mit Chan in Berührung gekommen und nimmt seither regelmässig an Veranstaltungen von Chan Bern teil. Zuletzt hat er 2022 an einem 28-Tage Retreat von Meister Chi Chern Fashi in Polen teilgenommen. Stefan leitet regelmässig am Samstag die Meditation mit der Morgenzeremonie. Stefan ist Betriebswirtschaftler und arbeitet für den öffentlichen Verkehr.

Neue Angebote von Chan Bern

Montag, 07.00 bis 07.30 Meditation zum Wochenanfang

Diese kurze Meditation zum Wochenanfang hilft, uns vor dem Beginn der Arbeitswoche uns auf die eigene Ruhe und innere Kraft zu besinnen.

Mittwoch, 19.15 bis 20.30 Uhr: Meditation und Austausch

Nach einer Meditation werden wir uns Zeit nehmen, uns in der Gruppe auszutauschen. Dabei wird von der Gruppe ein Thema definiert, über welches wir gemeinsam sprechen werden.

Da es nicht immer Worte braucht, werden wir an einigen Abenden auch einfach nur sitzen. Dominik

Unsere Veranstaltungen im 1. Quartal 2023

Chan-Einführung I, Freitag, 13., 20. und 27. Januar, 3. Februar 2023 19-21 Uhr

Eine Gelegenheit, sich mit der Form und dem Inhalt von Chan bekannt zu machen. Kurzer theoretischer Teil, Sitzmeditation, einfache Bewegungsabfolgen und das achtsame Sein im Schweigen.

<https://chan-bern.ch/veranstaltung/vier-einfuehrungsabende-chan-meditation-ab-januar-2023/>

1-Tages-Retreat Sonntag, 22. Januar, 9.00 bis 18.00 Uhr Schweige-Retreat für Personen mit allgemeinen Grundkenntnissen in Meditation. Sitzperioden von 30 Minuten, sanfte Yogabewegungen und Gehmeditation. Kosten CHF 70 <https://chan-bern.ch/veranstaltung/1-tages-retreat-im-januar-2023/>

5-Tage-Chan-Meditations-Retreat mit Chang She (Hildi Thalmann) Samstag, 18. bis Donnerstag, 23.

Februar 2023 11 Uhr, Haus Tao CH-9427 Tao Wolfhalden. In diesem Schweige-Retreat beginnen wir morgens um 5.30 Uhr und enden abends um 22 Uhr. Wir üben in Sitzperioden von 30 oder 40 Minuten, die sich mit Yogaübungen und meditativem Gehen abwechseln. Dharmavorträge und Einzelgespräche sowie täglich eine Stunde Arbeitsmeditation. Retreat-Sprache Deutsch, Übersetzung ins Englische möglich. Kosten: 5 Tage CHF 590, Übernachtung in Einer-/Zweierzimmer. <https://chan-bern.ch/veranstaltungen/5-tage-chan-retreat/>

Chan-Tag Sonntag, 12. März 2023 10.00 – 16.00 Der Chan-Tag bietet einen Austausch über einen Grundlagentext, Meditation, eine Präsentation mit gemeinsamem Ausklang. Anmeldung: info@chan-bern.ch

2-Tage-Retreat Samstag/Sonntag, 25./26. März 2023 im Meditationsraum von Chan Bern. Schweige-Retreat, geeignet für Personen, welche über allgemeine Grundkenntnisse in Meditation verfügen. Sitzperioden von 30 Minuten. Dazwischen sanfte Yogabewegungen und Gehmeditation. Kosten CHF 120 (inkl. Mittagessen). <https://chan-bern.ch/veranstaltung/2-tage-meditations-retreat-im-maerz-2023/>

Ankündigung: Intensives 7-Tage-Chan-Retreat mit Rebecca Li, Dharma-Erbin von Simon Child in der Linie von Meister Sheng Yen. Sa, 10. bis Sa, 17. Juni 2023, Haus Tao CH-9427 Tao Wolfhalden.



Tagesbeginn 5 Uhr, Tagesende 22 Uhr. Konzentrierte Gruppenpraxis. Sitzperioden von 30 oder 40 Minuten Dauer, Yogaübungen und meditatives Gehen. Es gibt Dharma-Vorträge und Einzelgespräche. Durchgehendes Schweigen. Retreat-Sprache Englisch, individuelle Übersetzung ins Deutsche ist möglich.

Kosten: 7 Tage CHF 790 (Gönnerinnen: CHF 860) inkl. vegetarischer Mahlzeiten, mit Übernachtung in 1- bis 3er-Zimmer. Dana für die Lehrerin ist inbegriffen.

<https://chan-bern.ch/veranstaltung/intensives-7-tage-chan-retreat-mit-rebecca-li/>

Neuerscheinung: „Hufspur des Ochsens“ Grundlagen des Chan-buddhistischen Weges gelehrt von einem modernen chinesischen Meister. Das Buch ist eine systematische Einführung in die Prinzipien des besonderen Stils des Chan-Trainings von Meister Sheng Yen.

Online-Veranstaltungen, über Zoom:

Mittwoch, 18 bis 18.50 Uhr <https://zoom.us/j/625746711?pwd=Wm42bXZvYnl3dHdsUINLRzlk1RUQT09>

Sonntag, 19-21 Uhr <https://zoom.us/j/992131300?pwd=OFhXRDNSeHNTaEt1bnZTUG41NktCZz09>

Fortlaufende Angebote: Meditationen

Samstag, 06.00 bis 11.00 Uhr (Beginn auch möglich um 9.00 und um 10.00)

Sonntag, 19.00 bis 21.00 Uhr, mit Dharma-Gesprächen

Montag, 07.00 bis 07.30 Meditation zum Wochenanfang neu!

Dienstag, Donnerstag und Freitag, 06.00 bis 07.30 Uhr (Beginn auch möglich um 06.30 und 7.00)

Mittwoch, 18.00 bis 18.50 Uhr: acht Körperübungen und Meditation

19. 15 bis 20.30 Uhr: Meditation und Austausch neu!

Das **Jahresprogramm und alle Aktivitäten** sind auf unserer Website www.chan-bern.ch.

Mit herzlichen Wintergrüssen

Hildi