

ZEN-Glossar

Banka	Abendrezitation
Chōka	Morgenrezitation
Dahan	Ruf zum Zazen
Daiko	Japanische Trommel
Dokusan	4-Augen Gespräch mit Zen-Meister
Gasshō	Handinnenflächen aneinandergelegt
Gassho Teito	mit Verbeugung
Haiku	Japanische Gedichtsform
Handaikan	Funktionsträger zur Essensvorbereitung
Ino	Rezitationsleiter
Inkin	Handglocke des Jiku
Jiku	Zendō-Leiter (Jikijitsu)
Jisha	Teegeber
Jokei	Rezitations-Team
Kanto	Leiter der Handaikane
Keisaku	Stab zur Linderung von Verspannungen
Kinhin	Meditation im Gehen in der Zendo oder Draussen. Gleichzeitig in Bewegung und Stille sein.
Metta	Herz, Herz-Geist
Mudra	Handhaltung
Mokugyo	Holzblock, gibt Tempo beim Rezitieren an
Rezitation	Rezitation ist ein Bestandteil der Zen-Übung, die u.a. zur Kräftigung der Atmung führt
Rōhatsu	Intensives Sesshin im Dezember und Januar
Sarei	kleine Teezeremonie in der sich die Essenz des Zen (Klarheit, Respekt, Harmonie, Stille) zeigt.
Shakuhachi	Japanische Bambusflöte
Samu	Arbeit zum Wohle aller
Shashu	Handhaltung: beide Hände auf Solarplexus
Taiwa	individuelles Meditations-Einzelcoaching.
Takkus	Klanghölzer, die Beginn und Ende einer Sitzrunde bzw. Pause einleiten
Teishō	Lehrvortrag des Zen-Lehrers
Yaza	Freies Sitzen in die Nacht
Zazen	Sitzen in Kraft und Stille.
Zendo	Meditationshalle, in der Meditation praktiziert wird. Ein Ort der Stille und des respektvollen Umgangs miteinander.