

## Zen-Buddhismus – Warum sollten wir zur Ruhe kommen?



<https://youtube.com/watch?v=jA9zk-Zq00I>

*Der Jesuit Niklaus Bratschen entdeckte in Japan den Zen-Buddhismus. Seither verbindet der aus dem Wallis stammende Pater Spiritualität aus West und Ost. Ein Gespräch über das Schweigen und über die Stille.*

Niklaus Bratschen erklärt den Sinn von koans mit der Verbundenheit und Vernetzung mit allem. Gibt es Situationen, in denen du spürst, dass alles mit allem zusammenhängt? Wenn ja, nenne ein Beispiel.

---

„Es gibt eine Stille hinter der Stille.“ Erkläre, was das für einen gläubigen Menschen bedeuten kann.

---

„Lärm entsteht, wenn wir etwas tun, was nicht unserem Innersten entspricht.“ Beschreibe, was für dich Lärm bedeutet und wo du für dich im Alltag Oasen der Stille entdeckst.

---

Niklaus Bratschen spricht davon, dass es die Menschen verbindet, wenn sie miteinander schweigen können. Überlege, was das für dich bedeutet und mit welchen Menschen du gemeinsam schweigen kannst.

---

Ignatius von Loyola, ein Mitbegründer des Jesuitenordens, meinte: „Man kann Gott überall finden.“ Niklaus Bratschen ergänzt mit einem Augenzwinkern: „... sogar im Gebet.“ Formuliere zum Zitat von Ignatius einen eigenen ergänzenden Satz.