

# Anleitung Teilnahme ZaZoom im Rebberg Zendo

For the English instruction go to page 3 of this manual

## Was ist ZaZoom?

Im Rebberg Zendo in Wettingen treffen sich fast das ganze Jahr über, jeweils am Mittwochabend von 19:30 – 21:00 (**CET/MEZ**) die Meditierenden der Glassman-Lassalle Zen-Linie zur gemeinsamen Zazen-Praxis. Parallel dazu besteht die Gelegenheit via Zoom an der Meditation teilzunehmen. Wir nennen dies ZaZoom. So haben Studierende die Möglichkeit gemeinsam zu Üben und allenfalls die Gelegenheit für ein Einzelgespräch (Dokusan) wahrzunehmen.

## Registration

Interessierte für ZaZoom melden dies per Mail an [info@rebbergzendo.org](mailto:info@rebbergzendo.org) und werden dadurch der Verteilerliste hinzugefügt. Jeweils am Mittwochnachmittag wird der Link für die Teilnahme an ZaZoom versendet.

## Daten

Findet ausnahmsweise keine Meditation statt, wird dies über die Verteilerliste kommuniziert.

## Gestaltung der Abende

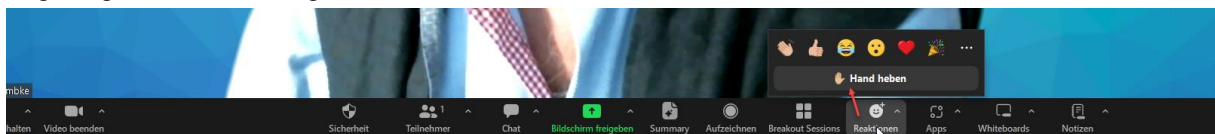
Nach einem kurzen Impuls zur Übung sitzen wir 3 mal 25 Minuten mit Gehmeditation zwischen den Zazen-Perioden. Der Abend endet mit der gemeinsamen Rezitation der Grossen Versprechen auf Japanisch. Der Rezitationstext kann auf der Webseite aufgerufen werden. [Rezitationstexte](#)

Innerhalb der ZaZoom-Verbindung laufen zwei Geräte. Der Teilnehmer „Rebberg Zendo“ überträgt direkt aus dem Zendo in Wettingen. Von hier aus werden der Impuls und die Klangsignale für den Ablauf übermittelt. Über das zweite Gerät mit dem Teilnehmer „Jürgen Lembke“ werden die Einzelgespräche koordiniert.

Meditierende auf ZaZoom sitzen normalerweise wie üblich gegen die Wand. Nur im Falle des bevorstehenden Dokusan wendet man sich zum Bildschirm hin um die Einladung zum Eintreten in den virtuellen Dokusan-Raum zu sehen.

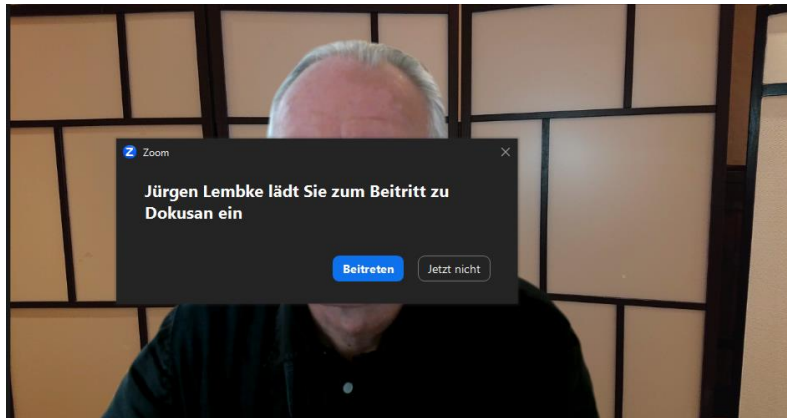
## Anmelden für Dokusan / Einzelgespräch

Ab der zweiten Zazen-Periode besteht die Möglichkeit für Dokusan. Dazu wird in der Zoom Befehlsleiste am unteren Bildrand mit der digitalen Hand [*Hand heben*] der Wunsch nach Dokusan angezeigt, wie im nachfolgenden Screenshot illustriert:



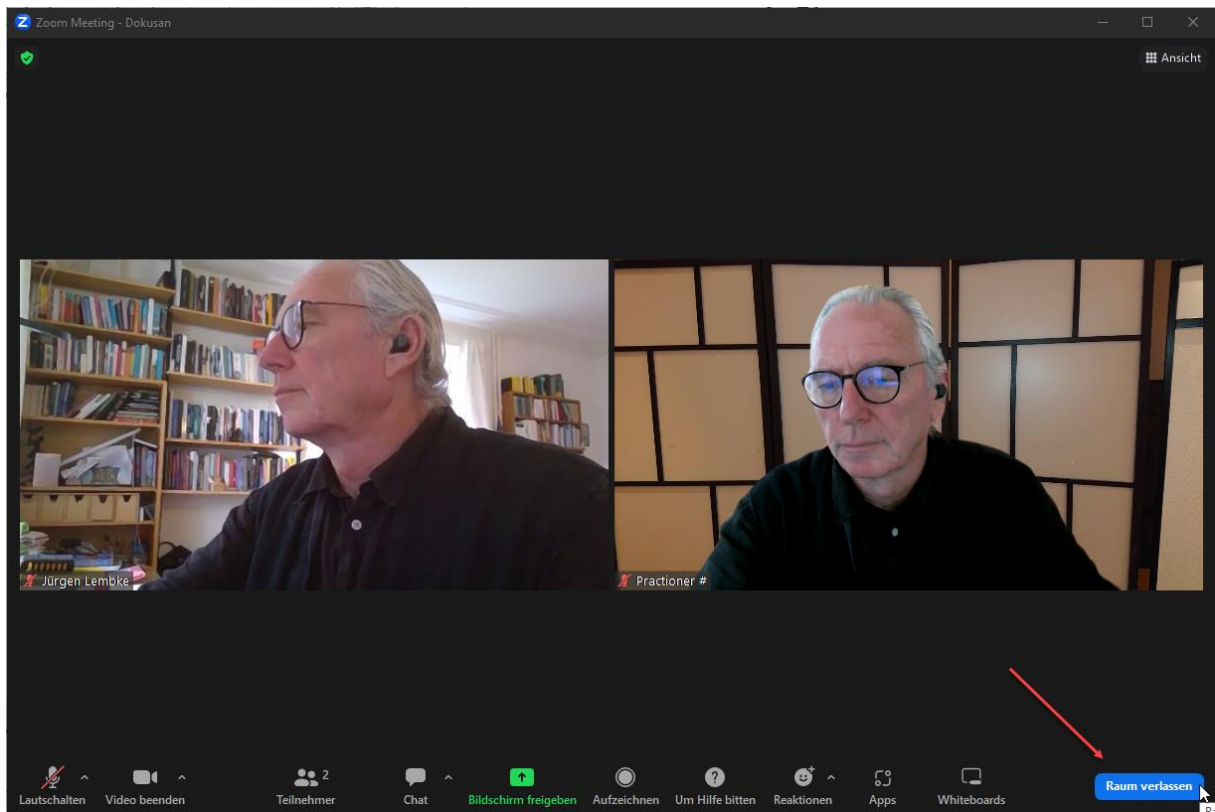
## Ablauf für Dokusan

Kurz nach Beginn der 2. Einheit wird eine sogenannte Breakout-Session gestartet. Die Teilnehmenden werden daraufhin einzeln in den Breakout-Room „Dokusan“ eingeladen. Dabei erscheint auf dem Bildschirm folgende Meldung:



Nach Eintritt in den Dokusan-Raum findet die Unterhaltung wie gewohnt statt.

Sobald das Gespräch beendet ist, wird der Dokusan-Raum über die Befehlstaste [Raum verlassen] am unteren rechten Bildrand des Zoom-Fensters verlassen. Man kehrt danach wieder zur Sangha, setzt sich zur Wand und fährt mit dem Zazen fort.



## Dana

Für die Teilnahme an ZaZoom bitte ich um ein gelegentliches Dana – einen Betrag nach eigener Einschätzung, auf das Konto CH71 8080 8008 7978 7981 4 oder per TWINNT an 079 486 93 04, mit dem Verweis „Dana ZaZoom“

# Participation in Zazoom in Rebberg Zendo

## What is ZaZoom?

In the Rebberg Zendo in Wettingen, meditators of the Glassman-Lassalle Zen Lineage meet almost all year round on Wednesday evenings from 19:30 - 21:00 (CET/MEZ) to practise zazen together. Parallel to this there is the opportunity to participate in the meditation via Zoom. We call this ZaZoom. This gives students the opportunity to practise together and, if necessary, to take advantage of the opportunity for a one-to-one talk (dokusan).

## Registration

Those interested in ZaZoom should send an email to [info@rebbergzendo.org](mailto:info@rebbergzendo.org) and will be added to the distribution list. The link for participation in ZaZoom is sent out on Wednesday afternoons.

## Dates

If, exceptionally, no meditation takes place, this will be communicated via the distribution list.

## Design of the evenings

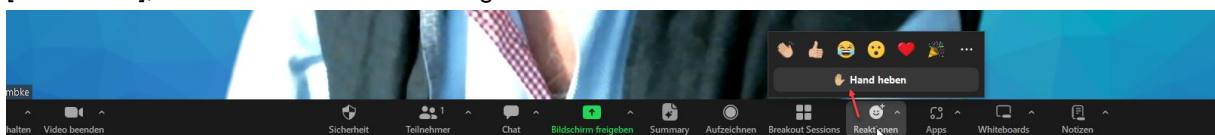
After a short impulse to the practice, we sit 3 times 25 minutes with walking meditation between the zazen periods. The evening ends with the recitation of the Great Vows in Japanese. The recitation text can be found on the website. [Recitation texts](#)

Two devices are running within the ZaZoom connection. The participant "Rebberg Zendo" transmits directly from the Zendo in Wettingen. From here the impulse and the sound signals for the sequence are transmitted. The second device with the participant "Jürgen Lembke" coordinates the individual conversations.

Meditators on ZaZoom normally sit against the wall as usual. Only in the case of the upcoming Dokusan do they turn towards the screen to see the invitation to enter the virtual Dokusan space.

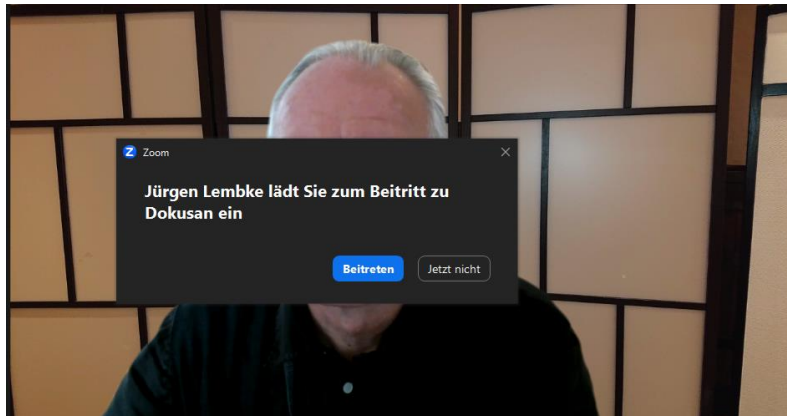
## Anmelden für Dokusan / Einzelgespräch

From the second zazen period onwards there is the possibility for Dokusan. For this purpose, the wish for Dokusan is indicated in the zoom command bar at the bottom of the screen with the digital hand [raise hand], as illustrated in the following screenshot:



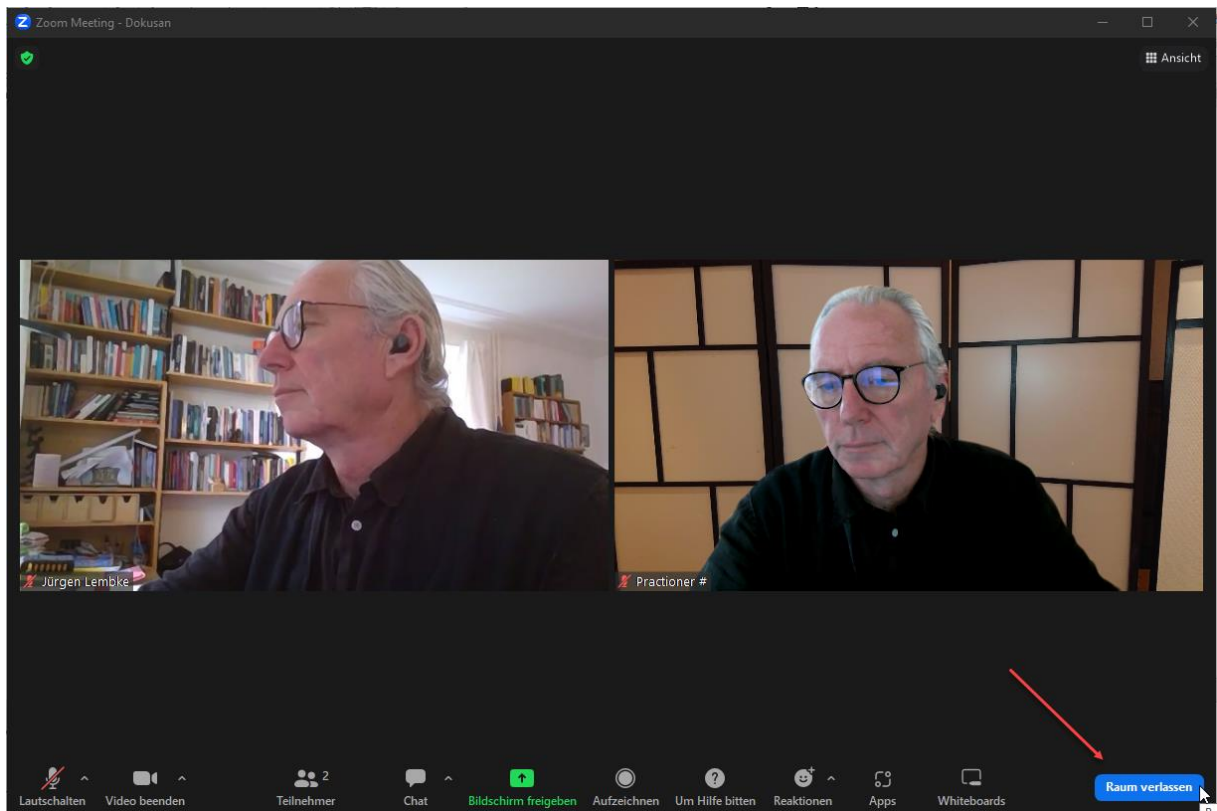
## Procedure for Dokusan

Shortly after the start of the 2nd unit, a so-called breakout session is started. The participants are then invited individually to the breakout room "Dokusan". The following message appears on the screen:



After entering the Dokusan room, the conversation takes place as usual.

As soon as the conversation is over, the Dokusan room is left by pressing the command button [Leave Room] at the bottom right of the zoom window. One then returns to the Sangha, sits down against the wall and continues with zazen.



## Dana

To participate in ZaZoom, I ask for an occasional Dana - an amount of your own estimation, to the account **CH71 8080 8008 7978 7981 4** with the reference "Dana ZaZoom".