



[4.3. Wie finden wir den Weg zum Nullpunkt-Zustand?](#)

Diejenigen, die Zen-Meditation üben, gebrauchen den Begriff Ekstase, um einen ähnlichen Zustand des Gemüts (Nullpunkt-Zustand) zu beschreiben. Ihr solltet fähig sein, eine solche geistige Stufe zu erreichen.

[Sun Myung Moon](#)

Quelle

[Cheong Seong Gyeong](#)

Durch Zen-Meditation erreicht man also einen ähnlichen Zustand wie den Nullpunkt-Zustand.

Als Umkehrschluss könnte man sagen, dass wir etwas Ähnliches wie Zen-Meditation praktizieren müssen, um den Nullpunkt-Zustand zu erreichen.

Was ist dieser Zustand genauer?

Das Wort „Ekstase“ könnte irreführend sein. Das ursprüngliche Sanskrit-Wort für diesen Zustand ist **Samadhi**, auf Japanisch Sanmai (三昧) und wird üblicherweise als „meditative Versenkung“ übersetzt.

Samadhi ist ein Zustand den man in tiefer Meditation erreichen kann.

Book traversal links for 4.3. Wie finden wir den Weg zum Nullpunkt-Zustand?

- [< 4.2. Welcher Zustand herrscht beim Gemüt im Nullpunkt-Zustand?](#)
- [Up](#)
- [4.4. Betrachten wir den Samadhi Zustand genauer anhand der Erfahrungen? >](#)

Source URL: <https://baum-des-lebens.org/node/360>