

Du bist das Licht.
Ruhe in Dir selbst und sonst gar nichts.

Hier und jetzt in seiner ureigensten Mitte und Herzkraft zu sein, frei von Verstrickungen und unheilsamen Bedingtheiten, ist ein lebenslanger großartiger Weg, der hier und jetzt beginnen kann. Zen und Alltag, Weisheit des Ostens und der Geist des Westens sind die Aspekte des mittleren Weges des Daishin Zen: Großer Geist - Großes Herz Jeder Mensch geht einen Weg. Den Weg zum Wesentlichen nennt man Zen.

Wenn der Geist still wird, wird die Welt wahr.
Freude. Lebenskraft. Herzweisheit.



Zen im Kloster Buchenberg Zazen, Sitzen in Kraft und Stille



3 Runden Sitzmeditation von jeweils 25 Minuten, Gehmeditation und individuelle Begleitung durch Taiwa-Trainer für die eigene Meditationsübung.

Einsteiger und Fortgeschrittene sind herzlich willkommen.

Beginn: 19.30 Uhr – Ende: 21.00 Uhr

Die Einführung für die Zen-Meditation findet jeweils um 18:45 Uhr statt. Wir bitten um Anmeldung im Bemerkungsfeld.

Kosten: Einzelabend 12,00 € | Zehnerkarte 100,00 €

