



Raum für spirituelle Wege

Zen und Kontemplation

Zazenkai - Halbtagskurs

Samstag, 16. Mai 2026

Halbtags: 9:00 - 13:00 Uhr

Kursleitung: Zenlehrerin Juanita Werner

Eine herzliche Einladung zu einem Übungstag mit stillem Sitzen in der Tradition des Zen. An diesem Tag können wir – wieder einmal – erfahren, wie uns die Gruppe, die Sangha, bei der gemeinsamen Übung stützt und trägt.

Wir praktizieren die wichtigste Übung des Zen - das Zazen, beim Sitzen und auch beim achtsamen Gehen, dem Kinhin.

Es wird ein Teishô (Vortrag) geben das uns anregt, stärkt und durch den Tag trägt. Das Einzelgespräch / Dokusan bietet die Möglichkeit, persönliche Fragen und Erfahrungen mit der Lehrerin zu besprechen.

Ich freue mich darauf wieder mit euch zu Sitzen –
einen herzlichen Gruß
Juanita

VERANSTALTUNGSORT: Gemeindehaus "Zum Guten Hirten", Goßlerstr. 30, 12161 Berlin

Kosten

Die Kursgebühr beträgt 25 €, für Fördermitglieder des Raums 20 €. Bitte vor Ort bar bezahlen (Ermäßigung ist bei Bedarf möglich).

Anmeldung

Anmeldungen bitte per Email an juanita.werner@t-online.de oder schriftlich an Juanita Werner, Moltkestr. 18, 12203 Berlin.

*„Wer mit seinen Füßen fest auf der Erde steht,
kann auch mit dem Kopf an den Himmel stoßen.“*

- Mrs. Irina Tweedy -

Veranstalter aller Kurse ist der Verein Spirituelle Wege e.V. - Zen und Kontemplation
www.raum-spirituelle-wege.de

Spendenkonto: Verwendungszweck **Berlin - Zendo**

SEPA-Daten: IBAN: DE 51 7905 0000 0043 5825 84 • BIC: BYLADEM1SWU