Raum für spirituelle Wege
Zen und Kontemplation

Herzliche Einladung zu einem

Zazenkai

(Übungstag in Zenmeditation)

Kursleitung: Zenlehrer Hans Bräu

Samstag, 11. Okt. 2025, 9.00 – 17.00 Uhr

Wir werden uns im stillen Sitzen und im achtsamen Gehen ganz der Präsenz des jeweils gegenwärtigen Augenblickes überlassen und lassen ihn sein ohne Wertung.
Das Miteinander in der Gruppe wird uns dabei unterstützen.
Ein Vortrag (**Teisho**) und Einzelgespräche (**Dokusan**) geben uns die Möglichkeit
unsere Zen-Erfahrung zu vertiefen.

Bitte für das Mittagessen selbst sorgen. Warme Getränke werden bereit gestellt.

Kosten: Die Kursgebühr beträgt 45 €, für Mitglieder des Raumes 35 €.
Bitte vor Ort bar bezahlen, Ermäßigung ist bei Bedarf möglich.

Anmeldung bitte bei Hans Bräu per e-mail: hans.braeu@web.de oder telefon. 030-864 22 093

Über Zen zu reden oder zu schreiben
bedeutet einer Schlange Füße anzukleben

Hui Neng