

MERKZETTEL

Fuku Gen Zen-Dojo

Zen-Zentrum der AZI (Association Zen Internationale), Schule von Meister Deshimaru

Leitung: Anna Seisen Wassermeyer

Adresse: Wilhelm-Kabus-Straße 39, 10829 Berlin

Telefon: +49 (0)30 – 447 62 60

E-Mail: mail@zen-berlin.de

Website: www.zen-berlin.de

Zen, das ist vor allem Zazen, das Sitzen in Stille. Jeden Samstag findet bei uns um 17 Uhr eine Einführung in die Zazenpraxis statt, die wir allen empfehlen, die Zazen kennenlernen möchten. Dazu bringen Sie bitte dunkle, bequeme Kleidung mit. Eine Anmeldung ist nicht notwendig. Die Einführung und das erste Zazen ist kostenlos. Es ist auch Zazen ohne Einführung möglich.

Die Zazen-Zeiten sind:

Dienstag	7.30	19.30°
Mittwoch	7.30	12.00*
Donnerstag	7.30	19.30*
Freitag	7.30
Samstag	7.30	17.00	18.00
Sonntag	11.00°

* Kurztermin: 40 Minuten, ohne Kinhin

° Termin mit kurzem Takt:

3 x 20 Minuten, 2 x Kinhin

Grau: Einführung in Zazen

Bitte seid 10 Minuten vor dem Zazen im Dojo. Nach dem Morgen-Zazen wird die traditionelle Reissuppe (Gen Mai) gegessen.

