



ZEN MEDITATION

Freitags 18³⁰ - 20⁰⁰

Wo: NaturSchule Stephan Engelhardt
Lärchenweg 10, 65520 Bad Camberg-Oberselters

Wir sitzen (Zazen) drei Einheiten á 25 Minuten,
unterteilt von zwei Gehmeditationen

Was ist Zen?

Der Schüler fragte den Zen-Meister, was den Meister
von ihm unterscheide.

Der Meister entgegnete ihm: „Wenn ich gehe, dann
gehe ich. Wenn ich esse, dann esse ich. Wenn ich schla-
fe, dann schlafe ich. Der Schüler erwiderte: „Aber das
mache ich doch auch.“ Der Zen-Meister antwortete:
„Wenn Du gehst, denkst Du ans Essen und wenn Du isst,
dann denkst Du ans Schlafen. Wenn Du schlafen sollst,
denkst Du an alles Mögliche. Das unterscheidet uns.“

Ausgleich: 5 Euro - zusätzliche Spenden sind willkommen

Information
& Anmeldung:

Sabine Stein
06483 / 9156265

Stephan Engelhardt
06483 / 9159815

E-Mail: zen@naturschule.net



Wir sind Zen-Schüler, üben täglich und nehmen regelmäßig an Zen-Sesshins (mehrtägige Meditation) teil.

Wir laden dich herzlich ein, unseren Zen-Kreis zu bereichern.

Bitte bringe deine Sitzutensilien mit und sei 10 Min. vor Meditationsbeginn da. Wenn du keine Zen-Meditationserfahrung hast, komme bitte für eine kurze Einweisung 20 Min. vorher.

Zen wird von Menschen aller Konfessionen geübt. Wir freuen uns den unendlichen Weg zum wahren Selbst mit dir gemeinsam zu gehen.

