

Herzliche Einladung zu einem

## Zazenkai

(Übungstag in Zenmeditation)

in Präsenz

Kursleitung: Hans Bräu

**Samstag, 16. Oktober 2021, 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. Es gelten die üblichen Corona Hygiene-Maßnahmen: **Geimpft – genesen - getestet**

### **Kosten**

Die Kursgebühr beträgt 35 €, für Mitglieder des Raums 25 €. Bitte vor Ort bar bezahlen, Ermäßigung ist bei Bedarf möglich.

### **Anmeldung**

Anmeldungen bitte bei Hans Bräu per Email: [hans.braeu@web.de](mailto:hans.braeu@web.de) oder telefonisch: 030 - 864 22 093

***Draussen keine Verwicklungen,  
Drinnen kein Husten und Seufzen.***

***Dogen Zenji***

Veranstalter aller Kurse ist der Verein Spirituelle Wege e.V. - Zen und Kontemplation

Goerz-Höfe / Aufgang 8, Holsteinische Str. 39-40, 12161 Berlin-Steglitz  
U 9 / Walter-Schreiber-Platz und S 1 / Feuerbachstr.  
[www.raum-spirituelle-wege.de](http://www.raum-spirituelle-wege.de)  
Spendenkonto: Verwendungszweck **Zendo Berlin**  
SEPA-Daten: IBAN: DE51790500000043582584 • BIC: BYLADEM1SWU