

ZAZEN

Meditation in Stille und Konzentration

Montags

18:30 – 20:00 Uhr



Zazen

– Meditation in Stille und Konzentration –

Montags

18:30 – 20:00 Uhr

Meditationsraum (G1) | Brunsviga Kulturzentrum

Karlstraße 35 | Braunschweig

Sitzen in Stille und Konzentration wird zu einer Wohltat für Körper und Geist. Eine offene Weite des Geistes, Ausgewogenheit und Klarheit des Herzens können sich entfalten. Sie wirken in unser Handeln hinein.

Wir treffen uns zur abwechselnden Sitz- und Gehmeditation. Geübte, Anfänger und Interessierte sind gleichermaßen willkommen.

Betreut wird unsere Gruppe durch die ehrenwerte Zen-Meisterin Dagmar Doko Waskönig. Persönlich besucht Sie die Gruppe ein Mal im Monat. Sie praktiziert Zazen seit den späten 70er Jahren und übernahm Ende 1983 die Leitung des Zen Dojo Shobogendo, Hannover. 1986 empfing Sie von Meister Taiten Guareschi in Italien die Nonnen-Ordination und eine intensive Ausbildung im Kloster Shobozan Fudenji in Salsomaggiore. Anfang 2003 wurde sie von Gudo W. Nishijima Roshi in Tokyo zur Zen-Meisterin geweiht. Sie lehrt bundesweit Zen-Meditation und die Buddha-Lehre und ist Autorin mehrerer Bücher. – www.shobogendo.de –

Anmeldungen bitte an: tim@choeling.de

Wir bitten um Dana für unsere Meisterin und die Raummiete.

www.braunschweig-buddhismus.de

