

meditación
noviembre 2019

zen



Retiro de meditación zen “Sesshin”

Del 1 al 4 de noviembre

En Egiño (Alava)

Con el maestro Raphael Doko Triet

Asociación Zen de Euskal Herria
Asociación Zen Internacional, fundador Taisen Deshimaru

SESSHIN OTOÑO 2019

Sesshin: retiro de meditación zen durante el cual se alterna la meditación sentada “zazen” con el resto de las actividades cotidianas.

El retiro estará dirigido por Raphael Doko Triet, maestro zen en la línea de Taisen Deshimaru. Se realizará una introducción para las personas que no hayan practicado nunca zazen o no hayan participado en una sesshin.

Quando

Del 1 al 4 de noviembre

Llegada el 31 de octubre para la cena a las 9:30

Pártida el 4 después de comer.

Donde

Casa de oración Haitzur en Egiño, Alava.

Necesario

Cojín de meditación “zafu”, ropa amplia y oscura para la meditación, manta oscura o zafutón para la meditación, cuenco, cubiertos y servilleta, saco de dormir o sábanas (en albergue).

Precios :

Albergue : 140 €

Habitación individual : 190 €

Inscripción: zenvitoriagasteiz@gmail.com

Información: 945 29 32 42

Web: www.zenvitoria-gasteiz.org