

zen

OTOÑO 2017



Retiro de meditación zen "sesshin"

Del 3 al 5 de noviembre

En Egino (Alava)

Con Raphaël Dôkô Triet

SESSHIN

Momento para experimentar una práctica transmitida a través de los siglos que impregna todos y cada uno de los aspectos de la vida cotidiana.

La sesshin comporta zazen (meditación sentados), samu (trabajo colectivo), comidas en silencio y ceremonias.

Durante todo el retiro un monje o monja con amplia experiencia se ocupará especialmente de los nuevos.

DONDE

Egino "Casa de espiritualidad Haitzur".

N-1 entre Vitoria-Gasteiz y Alsasua

CUANDO

Llegada el día 2 de noviembre para la cena a las 21h00

Partida el día 5 después de comer y recoger el lugar.

Participación en los gastos:

105 € en albergue (dormitorio compartido, hay que llevar saco)

150 € en habitación individual con baño y ropa de cama incluida.

CONTACTO

Teléfonos:

Vitoria - 656 722 523 / 945 293 242

Bilbao - 619 247 073

Donostia - 639 734 364

Email: zenvitoriagasteiz@gmail.com

<http://zenvitoria-gasteiz.org>

Inscribirse con 10 días de antelación.

NECESARIO:

- Para Zazen: Kimono o ropa confortable y oscura, zafu (cojín de meditación negro o marrón). Si no tienes cojín te lo podemos prestar.

- Para comer: cuenco, cuchara, tenedor/palillos, servilleta grande para envolver el cuenco, servilleta blanca pequeña (tipo pañuelo).

- Para dormir: sábanas o saco de dormir.

ORGANIZA

Asociación Zen de Euskal Herria

Asociación Zen Internacional, fundador Maestro Taisen Deshimaru.