

# zen-praxis in ludwigslust

samstag 6.4.2013

**zazen-tag**

sonntag 7.4.

**kesa-nähen**

im zebef –

alexandrinenplatz 1



## PRAXIS - WOCHENENDE

mit Zen-Nonne Claire Meissner  
Schülerin von Meister Deshimaru

ZAZEN-TAG Samstag 6.4. 8.30 Uhr – ca. 19 Uhr

KESA-NÄHEN Sonntag 7.4. Beginn: Zazen um 8h  
(open end)

Veranstalter: Zen-Dojo Ludwigslust  
[www.zen-ludwigslust.de](http://www.zen-ludwigslust.de)

Sangha Ohne Bleibe  
Association Zen Internationale • Gründer Meister Taisen Deshimaru

Ein **ZAZEN-TAG** bietet Gelegenheit, mit Anderen – Erfahreneren und weniger Erfahreneren\* – Zazen zu üben und den Tagesablauf entsprechend zu gestalten. Die Übung von Zazen, Ruhepausen, Samu (anfallende Arbeiten wie die Zubereitung der Mahlzeiten) bestimmen den Rhythmus.

*\*am Freitag um 20 Uhr findet eine Einführung in die Praxis statt.*

Verantwortlich für die **Unterweisung** während dieses Praxis-Wochenendes ist Zen-Nonne Claire Meissner.

Sie begann 1976 Zazen zu üben und wurde 1979 von Meister Deshimaru zur Nonne ordiniert. Seither unterweist sie in Zazen und im Kesa-Nähen und ist mitverantwortlich für das Zen-Dojo in Lyon (Frankreich).

*Während des Zazen-Tags wird ihre Unterweisung fortlaufend ins Deutsche übersetzt, Claire spricht auch fließend englisch.*

Das Nähen des **KESAS** ist ein weiterer Aspekt der gemeinsamen Praxis. „Zazen und Kesa sind wie die beiden Flügel eines Vogels“, sagte Meister Deshimaru.

### Teilnahmebeitrag

für Verpflegung und Übernachtung

von Freitag auf Samstag und/bzw. Samstag auf Sonntag

(Die traditionelle Gabe für die Unterweisung (Fuse) gibt jede/r nach eigenem Ermessen.)

ganzes Wochenende: 50,- €

nur Zazen-Tag: 35,- €

nur Näh-Tag: 30,- €

*Wer Schwierigkeiten hat die Reise und/oder den Teilnehmerbeitrag zu bezahlen, kann von der sog. Reise-Kasse Unterstützung erhalten (manche bezahlen mehr, und so wird Üben die Teilnahme ermöglicht, die es sich sonst nicht leisten könnten). Bitte sich rechtzeitig an die Organisatoren zu wenden, um einen erschwinglichen Preis zu vereinbaren.*

**Anmeldung** bitte bis spätestens 30.3. unter:

**[zen-ludwigslust@gmx.info](mailto:zen-ludwigslust@gmx.info)**

### bitte angeben:

- Teilnahme Sa/So

oder: nur Sa, bzw. nur So

- Übernachtung Freitag auf Sa und Sa auf So  
bzw. nur Freitag, oder nur Samstag

- Teilnahme an der Einführung Freitag 20 h

[www.zen-ludwigslust.de](http://www.zen-ludwigslust.de)