



Januarsesshin

mit Zen-Nonne Grit Nagel-Magnus
14. bis 15. Januar 2023
in Friedrichswalde/ Brandenburg

Das Herz und den Geist berühren

Während eines Sesshins übt man zusammen mit anderen die Praxis des Zen. Zazen und alle anfallenden Arbeiten des täglichen Lebens werden im gemeinsamen Geist nach der Lehre Buddhas praktiziert – immer wieder in Konzentration und Aufmerksamkeit auf den gegenwärtigen Augenblick. Erfahrene und neu Hinzugekommene üben gemeinsam. Auf diese Weise kann man zum Normalzustand zurückfinden, zum ursprünglichen Gleichgewicht von Körper und Geist, unbewusst, natürlich und automatisch.

*Ihr, die ihr den WEG sucht
Vergesst nicht
den gegenwärtigen Augenblick.
(aus Sandokai von Meister Sekito Kisen)*

Unterweisung:



Zen-Nonne
Grit Nagel-Magnus

Grit Nagel-Magnus begann 1996 in Neuschönau (bei Waren) mit der Zazen-Praxis.

Seit 1999 ist sie Schülerin von Philippe Coupey. 2005 wurde sie von ihm zum Bodhisattva ordiniert und 2009 zur Nonne. Seit 2010 leitet sie die Zen-Gruppe in Waren/Müritz.

Grit Nagel-Magnus wurde von Francoise Lesage in der Kunst der Kalligrafie unterwiesen und ist seit 2011 Teil des Kalligrafieteam für die Ordinationen der Sangha Ohne Bleibe.

Ankunft:

Freitag, 13.01.23 ab 16 Uhr

Oder Donnerstag, 12.01. Abends, um beim Aufbauen zu helfen.

Abreise:

Sonntag, 15.01.23 nach dem Mittagessen und dem gemeinsamen Samu ca. 14 Uhr

Adresse:

Wind und Weite
Ahlimbswalder Weg 5
16247 Friedrichswalde

Veranstalter:

Zen Dojo Berlin:

Zen Dojo Berlin e.V.
Wassertorstraße 62
10969 Berlin
info@zen-berlin.org

Bitte Mitbringen

- Zafu (Sitzkissen)
- Zafuton oder Decke als Unterlage zum Sitzen
- dunkle, unauffällige, bequeme Kleidung, Hausschuhe
- Schlafsack und Bettlaken oder Bettwäsche.
(Bettwäsche kann vor Ort geliehen werden, die Leihgebühr beträgt 5,- €)
- Essschale/ Geschirrtuch/ Besteck
- medizinische Schutzmasken

Bezüglich Covid-19 werden alle Teilnehmer rechtzeitig vor Beginn des Sesshins eine aktuelle Info erhalten.

Kosten

Normalpreis: 120,- €
Förderbeitrag: 140,- €
Bitte gebt den gewünschten Betrag bei der Anmeldung an.

Die Unterbringung erfolgt in Mehrbettzimmern. Wer aus dringenden (z.B. medizinischen) Gründen ein Einzelzimmer braucht, sagt bitte Bescheid.

Wenn aus finanziellen Gründen eine Teilnahme schwierig ist, ist ein reduzierter Preis möglich.

Sprecht uns gerne dazu an. Wir freuen uns, Euch zu unterstützen.

Die Anmeldung wird verbindlich, sobald eine Anzahlung von 30,- € auf das Konto überwiesen wird:

Zen Dojo Berlin e.V.
IBAN DE 8010 0100 1005 7876 9109
Verwendungszweck: Januarsesshin 2023

Anmeldung:

Bis zum 02.01.23 per Mail an:
anmeldung@zen-berlin.org

Kontakt für weitere Fragen:

Karin:

kw@conekt.de,

0170 8374148

Anreise mit dem Auto:

- von Hamburg und Berlin A11 Richtung Norden bis Ausfahrt Chorin, L23 Richtung Chorin/Britz/Eberswalde, dann K6017 folgen bis zum Ziel.
- von Rostock A20 und A11 Richtung Süden bis Ausfahrt 8-Pfingstberg Richtung Pfingstberg, Templin, Gerswalde, Angermünde, L241 und L23 bis Ziel.

Anreise mit der Bahn:

- bis Bahnhof Joachimsthal, der RE63 fährt 1x/ Stunde (Stand Okt 22).

Dort wird es einen Transfer zum Sesshin geben.

Wer diesen Transfer nutzen möchte, gibt bitte bis zum 02.01. eine Info per Mail an den oben genannten Kontakt für die Anmeldung.