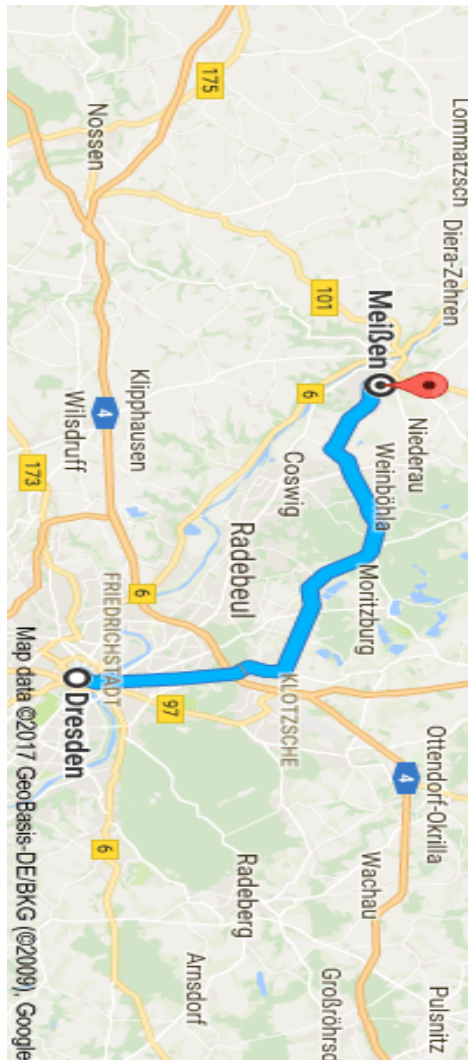


ANFAHRT

Meißen ist in 30 Minuten von Dresden zu erreichen. Die S-Bahn (S1) fährt regelmäßig von allen Dresdner Bahnhöfen. Ab Bahnhof Meißen fahren Taxis zur Evangelischen Akademie.



Kursgebühr: 200,- Euro

KOSTEN

Kursgebühren: 690,- Euro

Beginn: 18.00 Uhr am 21.07.2019

Ende: 10.00 Uhr am 27.07.2019

Die Anmeldung erfolgt über Dr. Ulrike Anderssen-Reuster
Bitte melden Sie sich per Mail:
anderssen-reuster@web.de

Die Anmeldung ist verbindlich, sobald die Kursgebühren
überweisen sind:

Konto Dr. Ulrike Anderssen-Reuster
Postbank
IBAN: DE 15 5451 0067 0186 0716 73
BIC: PBNKDEFF
Stichwort: Sesshin – Meißen

Der Veranstaltungsort befindet sich auf dem
Domberg in Meißen. Wir nutzen die Räumlichkeiten des
ehemaligen St. Afra Klosters, eines Augustinerklosters,
das 1205 gegründet wurde und heute der Evangelischen
Kirche in Sachsen als Seminarhaus und Akademie dient.

Auskunft zu Unterkunft und Verpflegung:
Evangelische Akademie Meißen
Tel.: 03521 47060

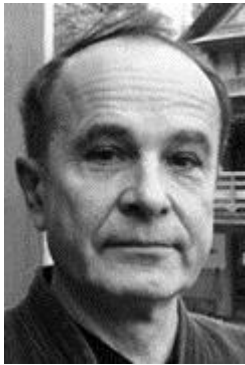
EINFÜHRUNG IN DIE ZEN MEDITATION FÜR ANFÄNGER UND GEÜBTE



SESSHIN MIT PROF. MICHAEL VON BRÜCK
21.07. – 27.07.2019
MEIßEN

EVANGELISCHE AKADEMIE MEIßEN
St. Afra Klosterhof
Freiheit 16, 01662 Meißen
Telefon: 03521 47060

PROF. DR. MICHAEL VON BRÜCK



Professor em. für Religionswissenschaft
an der Ludwig-Maximilians-Universität München

Evangelischer Theologe

Ordination zum evangelischen Pfarrer in Sachsen

Zum Zen- und Yogalehrer in Japan und Indien
ausgebildet

Autor zahlreicher Bücher zu Buddhismus, Hinduismus
und Christentum

Homepage:

<http://www.michael-von-brueck.de/>

VERANSTALTUNGSORT:

Evangelische Akademie Meißen

St. Afra Klosterhof

Freiheit 16

01662 Meißen

Telefon: 03521 47060

TAGESABLAUF

05.00 - 05.30	Zazen
05.30 - 06.00	Zazen
06.00 - 06.20	Zazen
06.20 - 06.40	Liturgie
06.40 - 07.30	Yoga
07.30	Frühstück
08.15 - 09.15	Samu (meditative Arbeit)
09.45 - 10.00	Tee
10.00 - 10.30	Zazen
10.30 - 11.00	Zazen
11.00 - 11.30	Kinhin (Gehen)
11.30 - 12.00	Teisho (Lehrrede)
12.00	Mittagessen
14.45 - 15.00	Tee
15.00 - 15.30	Zazen
15.30 - 16.00	Zazen
16.00 - 16.30	Zazen
16.30 - 16.45	Kinhin (Gehen)
16.45 - 17.15	Zazen
17.15 - 18.00	Yoga
18.00	Abendessen
19.30 - 20.00	Zazen
20.00 - 20.30	Zazen
20.30 - 21.00	Zazen /Rezitation

Einzelgespräche (Dokusan) mit Michael von Brück

Es handelt sich um ein intensives Sesshin, das Meditation (Zazen) und Yogapraxis verbindet. Ziel der Übung ist es, in die Erfahrung der Stille zu kommen und störende Gedanken loszulassen. Deshalb findet die Meditationswoche in Schweigen statt. Wir bitten darum, dunkle und dezente Kleidung zu tragen.

FÜR WEN IST DAS SESSHIN GEEIGNET?

- Für jeden, der bereits Zazen praktiziert und seine Übung fortsetzen will
- Für Menschen, die ihre christliche oder andere religiöse Praxis vertiefen wollen
- Für jeden, der Zazen kennen will
- Für jeden, der die Präsenz im Gegenwarts-moment trainieren will
- Für jeden, der beruflichen oder privaten Herausforderungen besser begegnen möchte
- Für Menschen, die ohne Religions-zugehörigkeit sind, aber die Erfahrung der Begegnung mit sich selbst im Schweigen machen wollen

Bitte sprechen Sie gesundheitliche Einschränkungen im Vorfeld an.

Bitte bringen Sie nach Möglichkeit Meditationsmatte, Meditationskissen und Yogamatte mit.