

LOTUS ZEN CENTRA



Grote Sanghadag 3 april 2016

De **LOTUS ZEN CENTRA** hebben een gezamenlijke dag georganiseerd.

Een dag van inspiratie, verdieping en ontmoeting.

Het thema van de inleidingen en workshops zal gaan over het belangrijkste bij zen: zazen, de praktijk van het zitten.

Daarnaast is er ruimte voor informele uitwisseling tijdens de koffie/thee pauzes en de uitgebreide lunch.

Het **programma** ziet er als volgt uit:

9.00	Ontvangst
9.30	Welkom – inleiding – voorstellen
9.45	Zazen
10.15	Inleiding Dick Verstegen
11.00	Pauze – koffie/thee
11.30	Inleiding Wanda Sluyter
12.15	Inleiding Henk Goossens
12.45	Lunch
13.45	Zazen
14.15	Workshop (vervolg van 12.00 uur)
14.30	Workshop Tom van Dijk
15.15	Pauze – koffie/thee
15.45	Ter afronding
16.00	afsluiting

Inleidingen en workshops

Dick Verstegen (Zen Centrum Nijmegen) houdt een inleiding in theorie en praktijk over Hoofd, Hart & Hara.

Zenmeditatie is de moed en de kracht leren kennen van de 'zohheid', noem het aanvaarding. Vanuit de 'ruimte' die daarmee ontstaat, kun je opgewekt het avontuur van de onbeperkte mogelijkheden in je leven aangaan. Zen is daarvoor open doen. Dit hele proces is een kwestie van 'zien'. Voor dat 'zien' hebben we iets nodig wat in zen of Ch'an 'shin' heet. Dat wordt vaak als 'geest' vertaald, maar komt neer op de eenheid hoofd-hart-'hara'. Die eenheid omvat uiteindelijk jouw leven zoals het zich van moment tot moment ontvouwt.

Wanda Sluyter (Zen Centrum Eindhoven) neemt ons mee met een inleiding over de praktijk van het zitten, met verwijzingen naar de oude klassieke Boeddhistische teksten over meditatie.

Henk Goossens (Zen Centrum Den Bosch) geeft praktische aanwijzingen en tips ter ondersteuning van de beoefening.

De workshop van Tom van Dijk (Zen Centrum Groningen) heeft als onderwerp:
Zitten in een Japans Klooster.

Tussen 2009 en 2014 verbleef hij in het Japanse Zenklooster Sogenji in Okayama, een traditionele Rinzai tempel. In deze workshop de verhalen van het kloosterleven over de vele zituren, de Spartaanse omstandigheden en de Japanse omgangsvormen. Ook een demonstratie van de Keisaku (de houten lat) die tijdens de meditatieperiodes wordt gebruikt om de monniken wakker te houden, en een inkijkje in het persoonlijk onderhoud met een Japanse Zen Meester. Tom laat ook een paar filmpjes van dokusan met Harada Roshi zien.

Locatie

De dag wordt gehouden in Mariënkroon te Nieuwkuijk
Abdijlaan 8

5253 VP Nieuwkuijk [gemeente Heusden]

Zie: www.marienkroon.nl

Aanmelding voor deze dag.

Je kunt je aanmelden voor deze Grote Lotus Sangha Dag door een email te sturen naar lotussanghadag@hotmail.com.

De kosten voor deze dag ad, € 44,50 kun je overmaken op Rekeningnummer:

NL44 ABNA 0618705732 t.n.v. Zen Centrum Den Bosch

Na aanmelding en betaling ontvang je een bericht van bevestiging.

