

Sesshin — vertraut werden mit sich selbst

Ein Sesshin (von japanisch *setsu*: „berühren“ und *shin*: „Herz, Geist“) ist eine Übungsperiode, während der man sich mit anderen Übenden auf die Praxis von Zazen, die anfallenden Arbeiten für die Gemeinschaft (Samu), letztlich auf alle Dinge des täglichen Lebens konzentriert. Erfahrenere und neu Hinzugekommene üben gemeinsam. Auf diese Weise kann man zum Normalzustand zurückfinden, zum ursprünglichen Gleichgewicht von Körper und Geist, unbewusst, natürlich und automatisch.

—

Zazen bedeutet, sich an einem stillen Ort in der richtigen Haltung aufrecht hinzusetzen.
Nichts tun mit dem Körper –
Nichts sprechen mit dem Mund –
Nicht den Geist mit gut und schlecht beschäftigen –
Einfach im Sitzen den Tag verbringen,
nutzlos gegen die Wand
Darüber hinaus gibt es keine besondere Wahrheit.

Meister Daichi, 14. Jh.

— Association Zen Internationale —
(gegründet von Taisen Deshimaru)
— Sangha Ohne Bleibe —
— Zen Simply Sitting —

Herbst-Sesshin

der norddeutschen Zen-Dojos

mit Zen-Mönch

Raimund Olbrich

in
Dechow bei Ratzeburg
26.-27. Oktober 2024



Die Zen-Dojos im Norden Deutschlands

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

Zen-Gruppe Flensburg
Südermarkt 15
Pastorat St. Nikolai
24937 Flensburg
Tel. 0461-979032

Zen-Dojo Hamburg
Holländische Reihe 31A
(bei Shiatsu zum Leben)
22765 Hamburg-Ottensen
info@zendojohamburg.de

Zen-Gruppe Zen 107 Kiel
Lorentzendamm 6-8
24103 Kiel
Zen107@web.de

Zen-Dojo Rostock
c/o Tanzland e.V. Rostock
Am Wendländer Schilde 5
18055 Rostock
anfrage@zen-rostock.de
Tel. 0176-63027335

Zen-Gruppe Schwerin
Gemeinde St. Martin
Lankower Str. 14-16
19057 Schwerin
info@zen-schwerin.de

Zen-Gruppe Waren/Müritz
c/o G. Nagel-Magnus
Zum Grünen Hirsch 6
17194 Moltzow
Tel. 0178-1822813

Ankunft

Freitag, 25. Oktober 2024 ab 16.00 Uhr

Abreise

Sonntag, 27. Oktober 2024, nach dem Mittag

Ort und Anreisemöglichkeiten

Das Sesshin findet statt im
Gästehaus Dechow
Dorfstraße 1
19217 Dechow

Anreise mit dem Auto

von Berlin (ca. 250 km): über A24, Ausfahrt 10
Wittenburg, Richtung Gadebusch
von Hamburg (ca. 75 km): über A24, Ausfahrt 7
Talkau, Richtung Ratzeburg
von Rostock (ca. 120 km): über A20 Ausfahrt 4
Lüdersdorf, Richtung Carlow

Anreise mit der Bahn

nächster Bahnhof: Ratzeburg.

Taxitransfer von Ratzeburg

Es wird von uns ein Transfer nach Dechow eingerichtet. Wer diesen Transfer nutzen möchte, gibt bitte bis zum 8. Oktober eine Info per Mail oder Telefon an die Organisation.

Kontakt zur Orga:

Tel. 0176-42003854
email: gblajda@gmx.de



Unterweisung

Das Sesshin wird geleitet von Raimund Olbrich. Raimund Olbrich lebte in Sudfrankreich als er Meister Deshimaru kurz vor dessen Tod, im Tempel "La Gendronnière" traf. Die Zen-Praxis ist fuer ihn seitdem zentral. Er engagierte sich in verschiedenen Dojos im Zentrum von Frankreich. Schliesslich war er zehn Jahre lang der Gemuesegaertner im Garten der Gendronnière. Der Bezug zur Erde und der Natur ist eine Leitlinie seiner Praxis. Er ist Mitbegruender des Projekts "Zen sur Terre".

Anmeldung

bis 13. Oktober 2024 an
guitarwonder@gmx.net

Kosten für Unterkunft und Verpflegung

Normalpreis: 120,00 €
Förderbeitrag: 140,00 €

Bitte gebt den gewünschten Beitrag bei der Anmeldung an

Die Unterbringung erfolgt in Mehrbettzimmern. Wer aus dringenden (z.B. medizinischen) Gründen ein Einzelzimmer benötigt, kann auf Anfrage dementsprechend im Ort untergebracht werden.

Wenn aus finanziellen Gründen eine Teilnahme schwierig werden würde, ist auch ein reduzierter Preis möglich. Sprecht uns gerne dazu an. Wir freuen uns zu unterstützen.

Die Anmeldung wird verbindlich, sobald eine Anzahlung von 30,00 € auf das Konto überwiesen wird:

Überweisung an

Zen Dojo Berlin e.V.
Verwendungszweck „Sesshin Dechow 2024“
IBAN: DE8010 0100 1005 7876 9109

Bitte mitbringen

- ✓ Zafu (Sitzkissen)
- ✓ Zafuton oder Decke
- ✓ dunkle, bequeme Kleidung
- ✓ Bettwäsche oder Schlafsack, es kann auch Bettwäsche vor Ort geliehen werden (Leihgebühr 5 €)
- ✓ Essschale/Geschirrtuch/Besteck
- ✓ Hausschuhe