



Das ganze Universum erleuchtend und umwälzend,
gab er seine Unterweisung allen empfindenden Wesen.

Daichi Sokei



www.zen.ch

info@zen.ch

Zen-Dojo Zürich Muijoji



ROHATSU

Sesshin zu Buddhas Erweckung

7. – 9. Dezember 2018



Zen-Dojo Zürich MUIJOJI

Rôhatsu bedeutet wörtlich „der achte Tag des zwölften Monats“. Am 8. Dezember wird traditionellerweise der Erweckung von Shâkyamuni Buddha gedacht. Am Morgen des achten Tages des zwölften Monats erweckte sich Shâkyamuni und wurde zum Buddha, als er den Morgenstern sah, nachdem er mehrere Wochen in Zazen sitzend verbracht hatte.

Um diesen historischen Moment zu feiern findet in Zen-Tempeln auf der ganzen Welt jedes Jahr das Rôhatsu-Sesshin statt. An diesem intensiven Sesshin gibt es nur wenig Unterweisung und Samu. Alles konzentriert sich auf Zazen.

Das Sesshin wird geleitet von *Eishuku* Monika Leibundgut.

Se-shin, den Geist berühren.

Das Sesshin steht allen offen. Für dieses Sesshin ist es wünschenswert, von Anfang bis Ende dabei zu sein.

Ein Sesshin bietet die Gelegenheit, den Buddha-Weg in der Sangha zu praktizieren und tief vertraut zu werden mit sich selbst. Die Praxis des Zen beruht auf Zazen, der Haltung von Buddha. Man setzt sich auf ein Zafu (rundes Kissen), die Beine gekreuzt, den Rücken gerade, das Kinn zurückgezogen, die Atmung ruhig und tief, und lässt die Gedanken vorbeiziehen.

Das Sesshin beginnt am Freitag, 7. Dezember um 6.30 Uhr und endet am Sonntag, 9. Dezember mittags mit einem gemeinsamen Brunch und anschliessendem Samu. Am Freitag ist es nach Absprache möglich, sich dem Rohatsu anzuschliessen. Wegen des Rohatsu-Sesshin findet das Samstag-Zazen nicht statt.

Wir werden zweimal im Dojo übernachten. Bitte organisiert euch mit Schlafsack und Schlafmatte.

Anmeldung: über Mail an info@zen.ch, schriftlich an Zen-Dojo Zürich, Rindermarkt 26, 8001 Zürich, oder telefonisch: 044 2618159.

Beitrag: CHF 130.- für Unterweisung, Unterkunft und Essen.
Zahlbar im Voraus an das Zen-Dojo Zürich: Konto Nr. 5288-197954-11, Crédit Suisse 8021 ZH.
PC: 80-500-4
IBAN: CH80 0528 8019 7954 1100 0

Mitbringen: Zafu, schwarzer Kimono oder Kolomo, ansonsten dunkle, bequeme Kleidung, Oryoki (Essschale mit Löffel, Serviette und Tuch), Schlafsack und Schlafmatte, Waschbeutel und Handtuch.