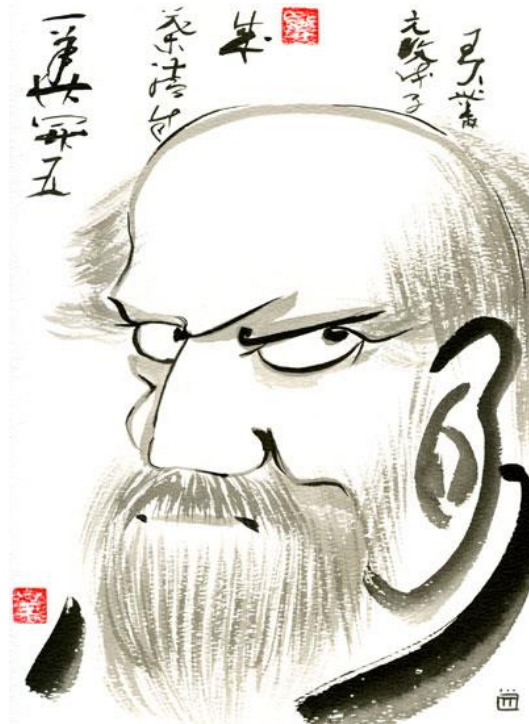


# Zazen-Tag in Stuttgart

mit Zen-Mönch Konrad Tenkan Beck



**Wann:** Samstag, 10. Februar, 8.00 – ca. 17.00 Uhr

Einführung in die Zen-Meditation  
am Vorabend um 17.30 Uhr

**Wo:** Ho Ryu Zen Dojo Stuttgart  
Silberburgstr. 62 a, 70176 Stuttgart

Bringt bitte dunkle, bequeme Kleidung, eine Essschale mit Löffel und (Geschirr)-Tuch und, falls vorhanden, ein Sitzkissen mit. Bitte 15 Minuten vorher da sein.

Unkostenbeitrag: 25 € / ermäßigt 15 €

Anmeldung: [info@zendojostuttgart.de](mailto:info@zendojostuttgart.de)  
0711- 67 440 67, 0711- 48 28 19

"In unserer verwirrten Welt Zazen zu praktizieren,  
bedeutet, zur wahren Dimension des Menschen zurück zu kommen  
und zum grundlegenden Gleichgewicht seiner Existenz zurück zu kehren."  
Meister Taisen Deshimaru



### **Leitung:**

Tenkan Konrad Beck begann seine Praxis unter Meister Deshimaru. Seit 1988 ist er Zen-Mönch (shukke tokudo).

Er gründete das Zen-Dojo Freiburg, das er bis 2009 leitete. Seitdem lebt er in der Nähe von Nürnberg.

2011 erhielt er die Dharma-Weitergabe (shiho) von Meister Olivier Reigen Wang-Genh. 2012 und 2013 vertiefte er seine Ausbildung in den japanischen Tempeln Shogoji und Chosenji.

Er ist Tanto (Assistent des Meisters) im Kloster Kosanryumonji im Elsass und einer der Verantwortlichen der zen-buddhistischen Gruppe Nürnberg.

### **Programm:**

Der Tagesablauf besteht wie bei einem Sesshin im Tempel aus Zazen, Zeremonie, Unterweisung, gemeinsame vegetarische Mahlzeiten, gemeinschaftliche Arbeit, z.B. in der Küche, und Pausenzeiten, in denen man sich ausruhen und austauschen kann.

### **Mitbringen:**

Kimono oder dunkle, bequeme Kleidung, Hausschuhe und evtl. warme Socken, Zafu und eine Decke als Unterlage (Holzfußboden), Essschale mit Besteck und ein (Geschirr)-Tuch, um die Schale einzuwickeln

### **Anreise:**

Mit öffentlichen Verkehrsmitteln: mit der Stadtbahnlinie U4 bis Haltestelle Rosenberg-/Seidenstr. oder bis Endhaltestelle Hölderlin-Platz. Von da aus jeweils ca. 5 Minuten Fußweg.

Alternativ mit dem Bus Linie 42 vom Hauptbahnhof aus oder mit der Linie 41 von der S-Bahnhaltestelle Feuersee, jeweils bis Haltestelle Rosenbergstr. / Johannesstr. Weitere Info unter [www.vvs.de](http://www.vvs.de).

Bei der Anreise mit dem Auto bitte beachten, dass die Parkplatzsuche manchmal etwas Zeit braucht und dass das Parken kostenpflichtig ist, es gibt Tageskarten an den Parkautomaten.

### **Übernachtung:**

Übernachten ist im Dojo nach Rücksprache möglich. Bitte Schlafsack und Isomatte mitbringen.

