

**Freitag, 23.3.2012, Anreise 15:00-16:30 Uhr
bis Dienstag, 27.3.2012, Ende ca. 16:00**

ZEN-Retreat

Zazen (Zen-Meditation), Vorträge
und Einzelgespräche mit
Jeff Shore, Kyoto.

Jeff Shore ist Professor an der buddhistischen Hanazono-Universität in Kyoto und Zen-Meister. 25 Jahre verbrachte er in strenger Zen-Übung im Rinzaï-Kloster Tofukuji in Kyoto bei Fukushima Roshi, absolvierte die Ausbildung und wurde Dharma-Nachfolger von Fukushima Roshi. Jeff leitet regelmässig Retreats in den USA, Ungarn und Niederlanden. Seit 2009 kommt er einmal im Jahr zu einem Retreat in den Tannenhof in der Nähe von München. Neben dem intensiven Zazen bietet Jeff durchgehend auch die Möglichkeit für Einzelgespräche an. Mehr Information über ihn und Mitschriften von Vorträgen (auch in deutsch) gibt es unter: www.beingwithoutself.org.

im Seminarhaus Tannenhof
(ca. 30km östlich von München)
Tannenhof 2, 85656 Buch am Buchrain
Tel: 08124/ 90 90 00 (eingeschränktes Mobilfunknetz!)
www.seminarhaus-tannenhof.de

Veranstalter, Information und Anmeldung
OneDropZendo (ODZ) München,
Sozui Stefanie Schubert und Bernhard Kleinschmidt
eMail: Onedropsangha@web.de
Mobil-Telefon 0178-1685421
www.OneDropZendo.de

(Es werden einige wenige Plätze für die Teilnahme von Freitag bis Sonntag nach dem Abendessen zur Verfügung stehen, falls jemand absolut nicht anders kann. Teilnehmer am gesamten Sesshin haben aber Priorität)

Anmeldefrist möglichst bis zum 7.02.2012



Aktivitäten – Zeitrahmen

Ankunft im Tannenhof: Freitag, 23. März, 15 bis 16.30 Uhr

Zazen, Vorträge, Einzelgespräche, Pausen, Mahlzeiten,
freiwilliges Sitzen über Nacht

Ende, Aufräumen und Abreise: Dienstag, 27. März, 16 Uhr

Jeff spricht Englisch, seine Vorträge und die Einzelgespräche werden auf Wunsch übersetzt.

Übernachtung

Bitte Bettwäsche oder Schlaf- bzw. Herbergssack mitbringen. Bettwäsche kann für 5€ ausgeliehen werden. Unterbringung im Mehrbettzimmer

Ausrüstung

Bequeme, gedeckte Kleidung evtl. mit Jacke oder Pullover, (warme) Socken, Hausschuhe, Handtuch.
Sitzkissen, Bänkchen und Stühle sind begrenzt vorhanden.

Anfahrt

Von Markt Schwaben Richtung Isen. In Buch am Buchrain die erste Landstrasse nach links. Nach Beginn des Waldes sofort links. Dann erstes Anwesen rechts.

Oder MVV:

14.51 Uhr S 2 ab Hauptbahnhof Richtung Erding
Aussteigen in Markt Schwaben um 15.23 Uhr
Ab 15.40 Uhr Bus 505 Richtung Mittbach
Aussteigen in Buch am Buchrain um 16.00 Uhr, hier werden die Teilnehmer mit dem Auto abgeholt
Oder: 15.16 Uhr ab Ostbahnhof Regionalzug 27053 Richtung Mühldorf am Inn
Aussteigen in Markt Schwaben um 15.29 Uhr, weiter wie oben
<http://www.seminarhaus-tannenhof.de/anfahrt.php>

Unkostenbeitrag

€ 220 für Verpflegung, Übernachtung, sonstige Unkosten. Zusätzlich freiwillige Zuwendungen an den Lehrer (Dana für Jeff und seine Reisekosten).

Wichtiger Hinweis

Auch ein kurzes Retreat kann eine psychische und körperliche Herausforderung darstellen. Jeder Teilnehmer ist für seine körperliche und psychische Gesundheit selbst verantwortlich. Bitte im Zweifel die Eignung mit den Veranstaltern im Voraus klären.