

# Zen-Tag

- beratende Interviews mit Senior-Dharma-Lehrerin Silke Plener
- 8:15 Uhr: Einführung für Neue mit Martin Regener

## 10. November 2018



Wir laden Euch herzlich zu unserem Zen-Tag am Samstag, **10. November 2018** im Zen Zentrum Berlin von 9.00 – 16.50 Uhr ein. Es gibt die Möglichkeit zu beratenden Gesprächen mit Senior-Dharma-Lehrerin Silke Plener. Wir werden Meditation im Sutren-Rezitieren, Sitzen und Gehen üben.

Bitte kommt bis 8.45 Uhr, eine zweite Eintritts- und Austrittsmöglichkeit ist zwischen 14.00 und 14.15 h.

**Diesmal wird es vor Beginn eine Einführung für Neue geben!** Bringt gerne eure Freunde und Meditations-Interessierten mit! Die Einführung beginnt um 8:15 Uhr.

Meldet euch bitte zur Veranstaltung an ([berlin@kwanumzen.de](mailto:berlin@kwanumzen.de)). Oder in die Anmeldeliste hier an der Küchentür eintragen.

Um das Mittagessen kümmert sich bitte jeder selbst. 10 € gehen als Unkostenbeitrag ans Zen-Zentrum.

