

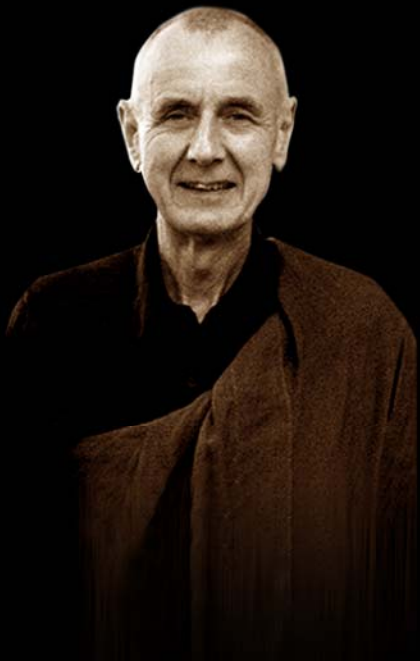
Zenová meditácia je „Stredná Cesta“

Pozývame Vás na stretnutie s učiteľom
japonského budhizmu **Michaelom Luetchfordom**.

- zazen - zenová meditácia
- o japonskom budhizme
- osvietenie nie je žiaden zázrak
- diskusia a odpovede na otázky

Stretnutie sa uskutoční 21.6. o 18:30 hod. v čajovni My a Mama,
Šafárikovo nám. 4. (na rohu oproti fakulte) www.myamama.sk

Vstupné: 2,50 €



Mike Luetchford

študoval zen v Japonsku 30 rokov pod vedením majstra Nishijimu, žiaka Kodo Sawakiho, ktorý bol známy ako potulný mních. Preložil významné budhistické diela z japončiny a sanskrtu z 2. a 12. storočia, kde poukazuje hlavne na to, že Zazen (meditácia bez objektu) je najjednoduchšia forma činnosti, kde sedíme bez toho, aby sme úmyselne mysleli na niečo, alebo sa koncentrovali na naše pocity alebo vnemy. Jedná sa o stav „rovnováhy“, v ktorom nachádzame našu prirodzenosť. Mike je tiež odporcom hierarchie v budhistických spoločenstvách, kde sú najvyššie „tí najmudrejší“ a na konci tí ktorí „ničomu nerozumejú“.