

## Retir de meditació zen i silenci



### Rohatsu Sesshin Zen en Lluçà.

Pràctica zen en una casa de camp, en medio de la naturaleza. En Can Curtius, Lluçà. ([Cómo llegar](#))

Con ordenaciones de monje, monja y bodhisattva.

**Llegada** a partir del jueves 5 por la tarde. Salida domingo 8 después de comer y del *samu* de recogida.

**Precio:** 140 € (socis: 100 €)

Más info y reservas: [info@zenkannon.org](mailto:info@zenkannon.org)

Hay que llevar: zafu, ropa holgada y oscura para la meditación, bol, cuchara, 2 servilletas grandes y una blanca pequeña; sábana bajera, encimera y funda de almohada, o saco de dormir.

En la sesshin practicamos la meditación zen y otras actividades, en silencio y con atención plena, por lo que podemos armonizar la mente zen, serena y concentrada, con todos los momentos de nuestra vida cotidiana.

Lo aprendemos a hacer de manera directa e intuitiva, simplemente siguiendo la práctica en cada momento.

Es muy conveniente para todos los practicantes de meditación la participación periódica en estos retiros, para evitar que la meditación diaria se estanque, y se convierta en una actividad rutinaria.

Visita la [web del Dojo Zen Barcelona Kannon](#)

Data de l'esdeveniment:

Divendres, 6. desembre 2019 (Tot el dia) a Diumenge, 8. desembre 2019 (Tot el dia)

Cal inscripció prèvia?:

Si

Preu:

140.00€

Nom de l'entitat organitzadora:

Dojo Zen Barcelona Kannon

Web:

<https://zenkannon.org>

Email:

[info@zenkannon.org](mailto:info@zenkannon.org)

Telèfon:

649 649 759

Can Curtius

08514

Lluçà