



Calendario iniziative
10-25 Maggio

JAPAN SUNDAYS

Aperto a tutti

Sabato 10 e domenica 11 Maggio

Wow Spazio Fumetto, Viale Campania 12 (Milano)



SABATO 10 ORE 15.30

(durata 30' min circa)

CONFERENZA/workshop

**"La Tigre Mangiata" Workshop sul Koan
del Maestro Carlo Tetsugen Serra**

DOMENICA 11 MAGGIO DALLE ORE 11.00 ALLE 13.00

MINICORSO DI ZEN SHIATSU GRATUITO

**Il minicorso è tenuto dall'insegnante Michela Myojo
Visone.**

La Scuola Zen di Shiatsu® è stata fondata dal Maestro
Tetsugen, diplomato in Master Zen Shiatsu e Medicina



Z
e
n
S
h
i
a
t
s
u

Orientale all'Institute Iokai di S.Masunaga di Tokyo, in Giappone. Tutti gli insegnanti della Scuola sono stati formati direttamente dal Maestro Tetsugen e sono iscritti all'Albo Insegnanti della Scuola Zen di Shiatsu® che implica un impegno di formazione continua.

SABATO 10 E DOMENICA 11 DALLE ORE 15.00 ALLE 20.00

Spazio dedicato ai trattamenti Zen Shiatsu

Per ulteriori informazioni:

cerchio@monasterozen.it

RITIRO CITY ZEN

**Un giorno di pratica consapevol-mente zen del
Maestro Carlo Tetsugen Sera
Aperto a tutti**

Domenica 11 Maggio

Il Cerchio, Enso-Ji (Milano)

Dalle 8.30 alle 13.00



Una mattina di pratica zen aperta a tutti con il Sangha della Foresta di Bambù del Monastero Zen Il Cerchio di Milano. Per incontrare intimamente se stessi, in armonia con gli altri. Meditazione seduta e camminata, esercizi energetici di consapevolezza in movimento.

L'incontro è aperto a tutti, è necessaria la prenotazione.

Arrivo alle ore 8.00

Inizio pratica ore 08.30

Termine ore 13.00 circa

Partecipazione 15 euro.

Si consiglia di indossare abiti comodi.

Per ulteriori informazioni:

cerchio@monasterozen.it

UNA TAZZA DI ZEN

Conoscere lo Zen

**Incontro mensile introduttivo alla pratica dello
Zazen aperto a tutti, con gli Insegnanti di Dharma**

della Sangha della Foresta di Bambù

Ore 15.00 / 17.00

Domenica 11 Maggio

Il Cerchio, Enso-Ji (Milano)

SEDESI, RESPIRARE, ASSAPORARE UNA TAZZA DI ZEN

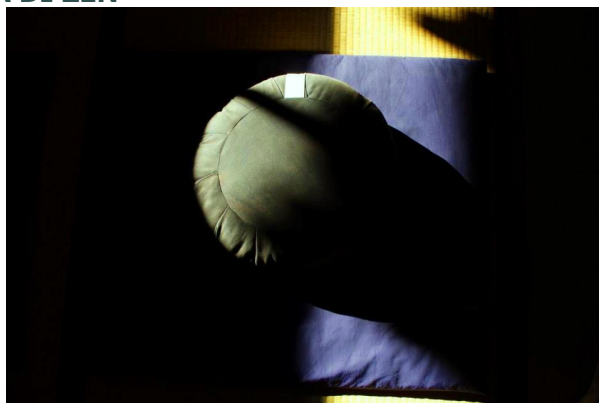
L'incontro inizierà alle 15:00 e la fine è prevista per le ore 17:00.

Si consiglia di portare abiti comodi.

Partecipazione 5 euro.

Per ulteriori informazioni:

cerchio@monasterozen.it



ZAZEN PROLUNGATO SERALE

Ore 20.00 / 23.30

Venerdì 16 Maggio

Zazen prolungato con Dokusan (colloquio con il Maestro su appuntamento)

Aperto a tutti

Il Cerchio, Enso-Ji (Milano)

I SHIN DEN SHIN: da Cuore a Cuore



Nella serata: meditazione silenziosa zazen guidata dagli insegnanti di Dharma e incontro privato con il Maestro per impostare e proseguire il cammino di realizzazione.

GENTILMENTE ARRIVARE 20 MINUTI PRIMA DELL'INIZIO E INDOSSARE ABITI COMODI

La donazione richiesta è di 10 euro per zazen prolungato. Per chi è già iscritto alla meditazione settimanale non sono previsti costi aggiuntivi. È necessaria l'iscrizione.

MONASTERO

Zen il Cerchio

Via dei Crollalanza 9 Mi – MM2 Romolo

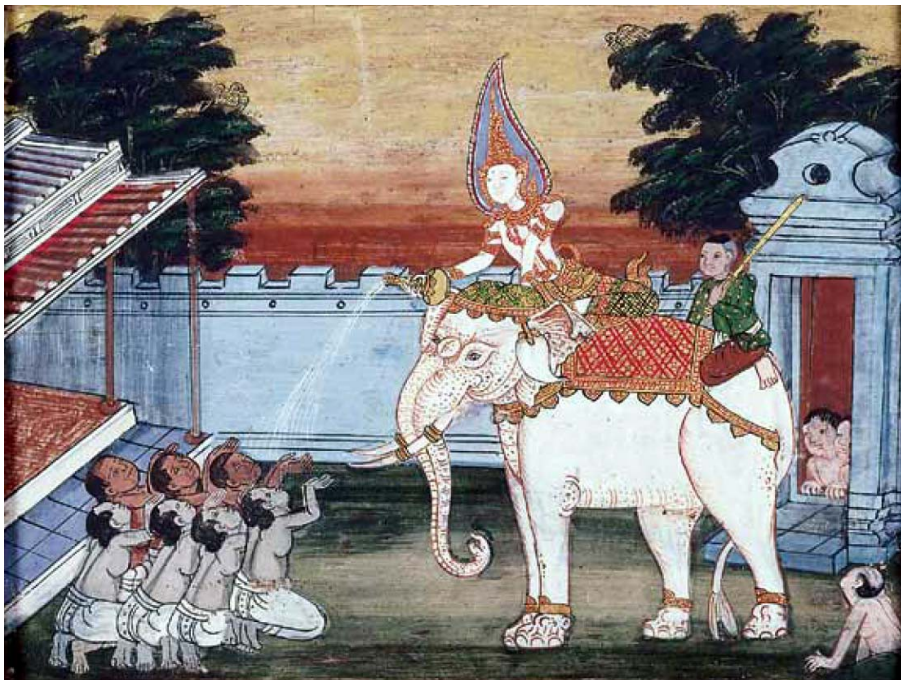
02/8323652 3337737195

Venerdì 23 Maggio
Dalle 20.00 alle 21.30

VESAK 2014

La ricorrenza in cui si celebrano la nascita, l'Illuminazione e la dipartita di Buddha Shakyamuni

Conversazione con il Professor Giuliano Boccali



Il Professore Giuliano Boccali

è professore ordinario nel settore scientifico-disciplinare L-OR/18 "Indologia e tibetologia" e insegna attualmente Lingua e letteratura sanscrita.

La storia di Vessantara, il principe generoso

La sua storia è narrata così nell'ultimo dei 547 Jataka che rievocano le esistenze precedenti del Buddha storico: nato in una reggia sfarzosa come principe benedetto da segni di fortuna, fra i quali un elefantino bianco ricevuto magicamente in dono, egli giungerà a spogliarsi di ogni bene, fino alla sposa e ai figli amatissimi, per conseguire la perfezione della generosità richiesta dal cammino dei Bodhisattva.

La conversazione di Giuliano Boccali, in coincidenza con la Festa del Vesak, mira a ripercorrere la straordinaria vicenda illuminandone sia i contenuti spirituali profondi sia il colorito, ricchissimo immaginario poetico.

È prevista un'offerta per il Monastero.

Per ulteriori informazioni:

cerchio@monasterozen.it

RITIRO DI CONSAPEVOLEZZA ZEN PER TUTTI
Condotta dal Maestro Carlo Tetsugen Serra
Le emozioni creative per vivere felici
24-25 Maggio
Tempio dei Tre Gioielli, Sanbo-Ji (Parma)



Quando incominci a sentire che tutto dentro di te cambia allora inizia il viaggio verso il tuo centro
CONSAPEVOLE: il tuo cuore di Buddha.

È NECESSARIA L'ISCRIZIONE.

Per ulteriori informazioni:

cerchio@monasterozen.it

**DOVE INCONTRARE LO ZEN A MILANO E FUORI
MILANO**

Eventi in programmazione nelle sedi di pratica zen collegate

al Monastero Zen Il Cerchio

MONCALVO

PRATICA ZEN

Centro Yoga il Tiglio e la Luna

11 e 25 maggio: meditazione dalle 8.30 alle 10

Il Centro è in Via Santa Maria 10 – fraz. Case Bertana – Castelletto Merli (a 400 m. da staz. Moncalvo: passaggio livello/SP31-Via S. Giuseppe/prima a destra: Via S. Maria/prima casa a destra: lasciare auto in parcheggio sottostante)

Per informazioni:

cs.marchesi@libero.it

CECINA (LI)

THE ZEN NIGHT

Centro Zen Gyosho

16 maggio: dalle ore 21, mini trattamenti Zen Shiatsu, colloqui con i monaci zen, proiezioni zen. Alla scoperta di un nuovo modo di vivere la notte. Il Centro Zen GyoSho offre la possibilità di vivere una serata nella tranquillità della pratica zen. Degustando un tè, praticando la millenaria meditazione zen, ascoltando letture e ricevendo mini trattamenti di zen shiatsu e attivazioni sensoriali. Durante la serata sarà possibile richiedere informazioni e porre domande inerenti alla Via dello Zen direttamente ai monaci zen presenti all'evento. Offerta Libera. È gradita la prenotazione. Via Ticino 10 int. 2 57023 Cecina (LI)

Per informazioni:

TEL. 366 4197465 (orari ufficio)

www.freezen.it/gyosho

dojogyosho@email.it

INCONTRIAMO LO ZEN

Centro Zen Gyosho

17 maggio: dalle ore 16 verranno approfonditi gli aspetti fondamentali del Buddismo Zen attraverso letture e pratica di meditazione zazen. Offerta 10,00 Euro. È gradita la prenotazione. Via Ticino 10 int. 2 57023 Cecina (LI).

Per informazioni:

TEL. 366 4197465 (orari ufficio)

www.freezen.it/gyosho

dojogyosho@email.it

ZAZEN E ZEN SHIATSU IN PINETA

18 maggio: dalle 9.00 meditazione Zen e trattamenti Zen Shiatsu gratuiti. Parco dei pini – Cecina Mare (LI).

Per informazioni:

TEL. 366 4197465 (orari ufficio)

www.freezen.it/gyosho

dojogyosho@email.it

PARMA

PRATICA ZEN

Ass. Aiku Juku

18 maggio: proseguono gli incontri di pratica zen aperta a tutti. La pratica sarà aperta da una semplice cerimonia di inizio anno e condotta da Ejo Myoen Raja, Monaca Zen Insegnante Dharma del Sangha della Foresta di Bambù. Il programma prevede: pratica di meditazione seduta zazen e pratica di meditazione in cammino Kin Hin. Dalle 9:30 alle 11:00.

Per ulteriori informazioni:

Tel. 028323652

333 7737195

cerchio@monasterozen.it