

Wer wir sind

Das Zen Zentrum Offener Kreis wurde 2006 in Luzern gegründet. Mittelpunkt ist das Zendo, ein Raum der Stille und Schönheit. Den Offenen Kreis bildet im Kern eine spirituelle Wohngemeinschaft.

Informationen

Zu Angebot und Anmeldung der Kurse:
www.zenzentrum-offenerkreis.ch

Buchen Sie bitte Ihre Übernachtung selbst.
Nahegelegene Möglichkeiten:

backpackers, Alpenquai 42, 6005 Luzern
041 360 04 20 / EZ: CHF 80 / DZ: CHF 48
ohne eigene Nasszelle

B&B Bettstatt, Neustadtstrasse 10
6003 Luzern 041 210 43 09
ab Fr. 80.- ohne eigene Nasszelle

Hotel Ibis budget, Kellerstrasse 468
6005 Luzern 041 367 80 00
EZ/DZ mit Bad: 5 Nächte +/- CHF 500.-

B&B Ritterhuus, Sternmattstrasse 43
6005 Luzern 041 535 31 85, ab Fr. 100.-

Privatunterkünfte:
www.airbnb.ch

Zendo

Ein Raum der Stille und Schönheit mitten in der Stadt. Er befindet sich in der Tribtschenstadt. Neben dem Zendo und Dokusanraum steht uns auch ein Seminarraum zur Verfügung. Der Zen Garten ist von Reto Locher gestaltet, die Skulptur von Kari Joller.

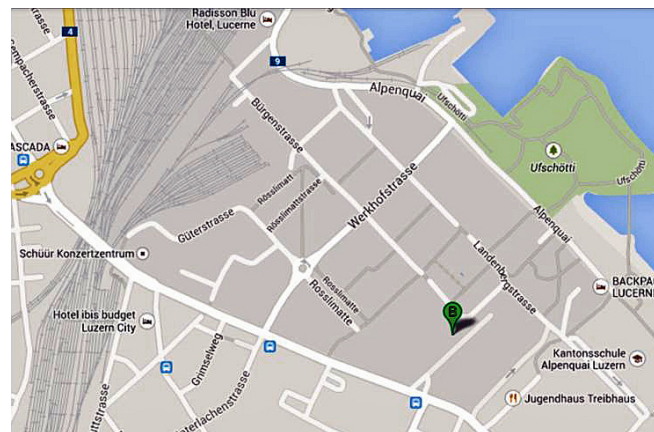
Adresse und Anfahrt

Zen Zentrum Offener Kreis Luzern
Bürgenstrasse 36, 6005 Luzern
Telefon Nr. 041 371 11 94
info@zenzentrum-offenerkreis.ch
www.zenzentrum-offenerkreis.ch

Kontoverbindung

PC 15-610436-3
IBAN CH71 0900 0000 1561 0436 3
BIC POFICHBEXXX

Wir empfehlen die Anreise mit Bus 6/7/8 ab Bahnhof bis «Weinbergli» oder zu Fuss (15 Min.).



Zen Angebote 2024



Zen Zentrum Offener Kreis

Die Zen-Meditation ist ein traditionsreicher Übungsweg, der aus dem chinesisch-japanischen Buddhismus stammt.

Zazen bedeutet Sitzen in Versunkenheit. In seiner reinsten Form ist Zazen das Verweilen in einem Zustand gedankenfreier, hellwacher Aufmerksamkeit, die jedoch auf kein Objekt gerichtet ist und an keinem Inhalt haftet.

Es ist ein Weg zum eigenen Wesenskern und öffnet für die Erfahrung der Verbundenheit allen Seins.

Wöchentliches Zazen

Dienstag 06:30 bis 08:00 / 19:00 bis 20:00

Donnerstag 06:30 bis 08:00 / 18:00 bis 19:00

Keine Anmeldung erforderlich / CHF 10

Sonntag 21.01. / 18.02. / 21.04. / 16.06. / 18.08. / 20.10. / 17:30 bis 19:00 Uhr / CHF 15

Zazen fällt an eidg. Feiertagen & Sesshin aus.

Anna Myoan Gamma, Zen-Meisterin

Dokusan (Einzelgespräch) während Abend Zazen

23.01. / 08.02. / 27.02. / 19.03. / 04.04. / 25.04. /

21.05. / 13.06. / 25.06. / 05.09. / 24.09. / 03.10. /

29.10. / 26.11. / 19.12. / CHF 10

jeweils aktualisiert auf Homepage

Zen Gespräch

Begegnung aus dem schöpferischen Raum der Stille.

23.01. / 27.02. / 19.03. / 21.05. / 25.06. / 24.09. /

29.10. / 26.11. / 18:00 Uhr / CHF 10

jeweils aktualisiert auf Homepage

Sesshin (teilweise auch online)

Täglich 7 Std. Zazen, Teisho und Dokusan

22.03.-27.03. / Fr 19:00 - Mi 16:00 Uhr

CHF 600 inkl. Essen / CHF 450 online

07.07.-12.07. / So 19:00 - Fr 16:00 Uhr

CHF 600 inkl. Essen / CHF 450 online

01.-08.12. / So 19:00 - So 13:00 Uhr

CHF 848 inkl. Essen

30.12.23 - 01.01.24 / Mo 10:00 - Mi 13:00 Uhr

CHF 352 inkl. Essen / CHF 270 online

Zazenkai (auch online)

4.5 Std. Zazen, Teisho und Dokusan

10.02. / 09.03. / 04.05. / 02.06. / 14.09. / 05.10. /

22.12. / 10:00 - 16:00 Uhr

CHF 110 inkl. Mittagessen

online mit Dokusan CHF 120, ohne Dokusan CHF 110

Zen Praxiswoche inkl. Zazenkai

Anna Myon Gamma, Zen-Meisterin

& Bernadette Vögele, Zen-Assistenz-Lehrerin

04.02.-10.02. / So 18:00 - Sa 16:00 Uhr

Kurs CHF 380, Unterkunft und Verpflegung CHF 725

Anna Myon Gamma, Zen-Meisterin

& Matthias Roth, Zen-Assistenz-Lehrer

29.09.-05.10. / So 18:00 - Sa 16:00 Uhr

Kurs CHF 380, Unterkunft und Verpflegung CHF 725

Karl Josu Scholz, Zen-Lehrer

Sesshin

Täglich 7 Std. Zazen, Teisho und Dokusan

09.05.-12.05. / Do 10:00 - So 13:00 Uhr

CHF 476 inkl. Essen / CHF 360 online

11.08.-16.08. / So 19:00 - Fr 16:00 Uhr

CHF 600 inkl. Essen / CHF 450 online

Zazenkai (auch online)

4.5 Std. Zazen, Teisho und Dokusan

29.06. / 23.11. / 10:00-16:00 Uhr

CHF 110 inkl. Mittagessen / CHF 110 online

Einführung in Zen Buddhismus (online)

25.04./23.05./27.06./19.09./24.10./ 19-20:30 Uhr

23.11. Zazenkai (vor Ort)

CHF 260 inkl. Mittagessen am Zazenkai

Gabriele Shinmyo Geiger-Stappel, Zen-Lehrerin

Zazenkai (auch online)

4.5 Std. Zazen, Teisho und Dokusan

13.01. / 13.04. / 31.08. / 26.10. / 10:00-16:00 Uhr

CHF 110 inkl. Mittagessen / CHF 110 online

Sangha-Treffen

07.07. / 12:00 - 16:00 Uhr

Karl Josu Scholz und Team

CHF 25 Unkostenbeitrag

Zen Einführungen

siehe Homepage

Sesshin und Zazenkai finden im Schweigen statt.