

**Bitte die gewünschte Art der Unterbringung und den Zeitraum der Anwesenheit ankreuzen**

Für Anmeldungen vor dem 1. Juli	Zimmer	Ermäßigter Preis*
Vorbereitung 14-18/07	<input type="checkbox"/> 235 €	<input type="checkbox"/> 160 €
Ganzes Lager 14-22/07	<input type="checkbox"/> 325 €	<input type="checkbox"/> 230 €
Sesshin 20-22/07	<input type="checkbox"/> 125 €	<input type="checkbox"/> 95 €

Verspätete Anmeldungen	Zimmer	Ermäßigter Preis*
Vorbereitung 14-18/07	<input type="checkbox"/> 245 €	<input type="checkbox"/> 170 €
Ganzes Lager 14-22/07	<input type="checkbox"/> 335 €	<input type="checkbox"/> 240 €
Sesshin 20-22/07	<input type="checkbox"/> 135 €	<input type="checkbox"/> 105 €

\* Ermäßigte Preise für Studierende, Arbeitslose, Sozialhilfeempfänger usw.

Falls möglich, bitten wir Sie, an einer Arbeit teilzunehmen, die eine Hilfe für Sie und die anderen ist. Bitte kreuzen Sie unten die Dienste an, die Sie gerne verrichten würden.

- Kann ab dem 12. Juli 18.00 Uhr anwesend sein (muss von der Organisation bestätigt werden)
- Anwesend am Anreisetag ab 15.00 Uhr
- Anwesend am Abreisetag (22.07.) bis 16 Uhr
- Küche
- Service (Bedienung im Speisesaal)
- Einkauf
- Spülküche
- Reinigung
- Bar
- Mitschriften
- Erste Hilfe (Arzt oder Krankenschwester/-pfleger)

Verschiedene Aktivitäten werden während des Lagers angeboten: Studium der Sutras, Nähen von Kesa und Rakusu, Massagen und Stretching.

Bei diesem Lager können wir Eltern mit ihren Kindern empfangen. Um die dafür nötige Unterstützung nach Bedarf und Verfügbarkeit zu organisieren, bitten wir Sie uns mindestens 4 Wochen vor Lagerbeginn zu kontaktieren. Während des ganzen Lagers stehen die Kinder unter der vollen Verantwortung der Eltern.

Das Sommerlager wird von **Meister Yuno Rech**, spirituelles Oberhaupt der Buddhistischen Zen-Vereinigung Europas (ABZE) geleitet. Nach einer Weltreise, die ihn in Kyoto zur Praxis des Zen führte, kehrte er nach Frankreich zurück, um von 1972 bis 1982 der Unterweisung Meister Deshimarus zu folgen. Kurz nach dem Tod seines Meisters erhielt er das *Shiho* (die Dharma-Übertragung) von Meister Niwa.



Er ist Abt des Tempels Gyobutsuji in Nizza und lehrt die Zen-Praxis auch im Tempel La Gendronnière und während verschiedener *Sesshins* in Europa.

**Ordinationen**

Diejenigen, die sich tiefer der *Zazen*praxis widmen wollen, ordiniert Meister Yuno Rech als Bodhisattva, Mönch oder Nonne. **Nehmen Sie also möglichst am ganzen Lager teil, da ein Ordinationsworkshop während der Vorbereitungszeit stattfindet.** Wenn Sie die Ordination als Mönch oder Nonne empfangen möchten, schreiben Sie bitte mindestens 6 Wochen vor dem Lager an Meister Yuno Rech und setzen Sie Ihren Dojoleiter bzw. Ihre Dojoleiterin von Ihrem Ordinationswunsch in Kenntnis.

**Das Lager ist offen für alle**, ob Anfänger oder nicht. Die Unterweisung wird auf Französisch gehalten und simultan ins Englische übersetzt. Nach Bedarf wird eine Zusammenfassung ins Niederländische organisiert.

# ZEN

## Sommerlager Godinne, Belgien 14. bis 22. Juli 2018



Geleitet von

## Meister Yuno Rech

Simultaneous  
English translation

Association  
BouddhisteZen  
d'Europe

Tel. : +33 (0)4 93 80 81 49  
E-mail: info@abzen.eu  
www.abzen.eu

## Das Zen im Alltag

Zen wird im Alltag gelebt. Das Sommerlager ist eine Gelegenheit, diese Praxis zu erlernen. Während eines Sesshins prägt der Rhythmus der intensiven Praxis von Zazen den Ablauf des Tages und führt jeden dahin, den gegenwärtigen Augenblick intensiv in Harmonie mit dem Erwachen des Zazen zu leben. Das Herz des Sesshins ist die Praxis von Zazen. Es ist die Praxis der rechten Meditation: sitzend mit gekreuzten Beinen, konzentriert auf Haltung und Atmung, der Rücken gerade, Körper und Geist in Einheit. Zazen während eines Sommerlagers zu praktizieren, lehrt uns, vertraut mit uns selbst zu werden, unseren Egoismus loszulassen und uns mit anderen zu harmonisieren.

## An die Quelle der Dinge gehen

Die Praxis des Zen besteht daraus, Achtsamkeit zu üben und sich selbst kennen zu lernen. Die Unterweisung des Zen im Dojo wird in dem Moment lebendig, in dem sie sich in den verschiedenen Aktivitäten des täglichen Lebens, die mit der rechten Achtsamkeit gelebt werden, konkretisiert. Während des Lagers sind die verschiedenen Aktivitäten, Mahlzeiten, Samu (Arbeit für die Gemeinschaft), Nähen des Kesas (Meditationskleidung der Mönche und Nonnen) gute Gelegenheiten, um die Lehre vom Hier und Jetzt in Harmonie mit sich selbst und den anderen zu praktizieren.

## Programm

Während der ersten fünf Tage (Vorbereitungszeit) liegt der Schwerpunkt auf den grundlegenden Punkten der Zazenpraxis: der Haltung, der Atmung und der Geisteshaltung. Jeden Nachmittag werden verschiedene Aktivitäten, die in Beziehung zur Praxis stehen, angeboten, darunter Workshops zum Studium der Sutras. Der sechste Tag ist frei zur Erholung. Die letzten beiden Tage und der Sonntag sind einer intensiveren Zazenpraxis gewidmet.

*Möchten Sie mehr über unsere Aktivitäten wissen?*

Association  
BouddhisteZen  
d'Europe

Tel.: +33 (0)4 93 80 81 49  
E-mail: info@abzen.eu  
www.abzen.eu

## Ort

Collège de Godinne-Burnot, Site de Saint-Paul, Carrefour de l'Europe, 3 - 5530 Godinne, Belgien  
Tel.: +32 470 31 69 91 (nicht vor dem Lager).

## Wegbeschreibung

Wegbeschreibung: Autobahn E411 Brüssel-Namur – Ausfahrt 16 Wierde – folgt N941 bis zu la Rue de Jambes (N947) – nach dem Bahnhof von Godinne links fahren in die Chemin des Meuniers – rechts abbiegen in die Rue du Collège – erste links, Rue Saint-Roch – erste rechts, Rue des Grands Saules.

## Mit öffentlichen Verkehrsmitteln

SNCB, Strecke Namur – Dinant. Fahrzeiten und Streckennetz der SNCB: <http://www.railtime.be>.  
Tel.: + 32 (0)25 28 28 28. Der Bahnhof von Godinne ist 1 KM entfernt vom Collège.

## Bitte mitbringen

– Kopfkissen, Schlafsack oder Decke, Bettwäsche  
Achtung: keine Bettwäsche vor Ort; Deckenverleih (4 Euro).  
– Kimono oder bequeme dunkle Kleidung.  
– Zafu (Meditationskissen).  
– Zafuton (Meditationsmatte) oder Woldecke.  
– Essschale, Besteck, Geschirrtücher, Kaffeetasse.  
*Zafus können vor Ort gekauft werden.*

**Ganzes Lager vom 14. bis 22. Juli**  
Anreise am 13. Juli  
Abreise am 2é. Juli

**Vorbereitungszeit vom 14. bis 18. Juli**  
Anreise am 13. Juli  
Abreise am 18. Juli

**Freier Tag**  
am 19. Juli

**Sesshin vom 20. bis 22. Juli**  
Anreise am 19. Juli  
Abreise am 22. Juli

## Anmeldung über das Internet (empfohlen)

[www.azb.be](http://www.azb.be) – [www.abzen.eu](http://www.abzen.eu)

## Anmeldung per Post

Schicken Sie bitte das vollständig ausgefüllte Formular an:  
Mieke Opdecam  
Heirebaan 120  
9400 Denderwindeke - Belgique  
Tel.: +32 470 316 991  
Email: [sesshin.godinne@gmail.com](mailto:sesshin.godinne@gmail.com)

.....  
NAME

.....  
VORNAME

.....  
ADRESSE

.....  
PLZ

.....  
ORT

.....  
TELEPHON

.....  
E-MAIL

.....  
DOJO

.....  
GEBURTSTAG

Mönch  
 Nonne  
 Bodhisattva

Erstes Sesshin  
 Ja  
 Nein

Geschlecht  
 M  
 W

Ich möchte eine Decke leihen (4 €)

## Bezahlung per Überweisung, französischem Scheck oder bar (vor Ort)

Bezahlung per Überweisung an die ABZE  
IBAN: FR76 4255 9000 3241 0200 0363 484  
BIC: CCOPFRPPXXX

Geben Sie bitte auf der Überweisung Ihren Namen an.

Die Anreise erfolgt am Vorabend der angegebenen Tage. Um an dem Lager teilnehmen zu können, müssen Sie Mitglied der Buddhistischen Zen-Vereinigung Europas (ABZE) sein. Der Mitgliedsbeitrag (5€ / Jahr) kann vor Ort bezahlt werden.