



Im wahren Heim wohnen,
Unbekümmert um das Draußen-
Der Fluß strömt geruhsam
und die Blumen sind rot.

**Zen Tag in Schweigen
mit Joachim Dharmafels Klostermann**

**Samstag, den 11.4.2026, im Fischerhof
Aiselsfeld 28
Höffen
53797 Lohmar**

Programm:

7:00 Eintreffen

7:30 Zazen, Kinhin , Zazen, Rezitation

09:00 Frühstück (Guen Mai, Reissuppe)

09:30 - 10:30 Samu (Arbeit)

10:45-12:00 Zazen

12:15 Mittagessen

12:45 - 14:15 Pause

14:30 - 15:40 Zazen Kinhin Zazen

15:50 Austausch Kreis

16:45 Abschluss Samu (Aufräumen, etc.)

Ende gegen 17:15 Uhr

Bitte lockere, dezente und bequeme Kleidung, Hausschuhe , Meditations Kissen, Unterlage (z.B eine Decke) 1 Essschale, Löffel und Gabel, eine Servierte, ein Tuch, um die Schale einzupacken, mitbringen.

Anmeldung unter: zazen@e-mail.de

Anmeldeschluss : 3.4.2026

Weitere Informationen unter : www.haramita.de

Kosten : 35,- (Raummiete, Verpflegung, Organisation)

Sumi-e Tuschzeichnung von Barbara Grupp.