

Tag der offenen Tür



23.09.2023

11:00 TaiChiChuan

12:00 Zazen

14:00 Iado/Jodo

15:00 Vortrag: Zen und Budo

ShiZenKan-Dojo
Kyffhäuser Str. 31

*Meditation, Entspannung,
Kampfkunst und Vorträge an einem
Tag am selben Ort. Zuschauen,
mitmachen, ausprobieren und den
Erläuterungen zu Zen Themen
lauschen. Alles in einem
traditionellen Dojo in der Kölner
Innenstadt (Nähe
Barbarossaplatz).*

Iaido die Kunst, das Schwert zu ziehen

Diese Kunst bedeutet mehr als der Untertitel verrät! Über die traditionellen Techniken der Schwertkunst hinaus bedeutet sie, zu erkennen, wann der richtige Moment für eine Aktion ist und welches die Anforderungen des "Do" in einer gegebenen Situation sind. Zu diesem Zweck gilt es, sich die überlieferten Formen im Training zu eigen zu machen und daraus das Verständnis für die Dinge des Lebens zu ziehen. Iaido lebt in der Beziehung zu einem Lehrer und in der andauernden Auseinandersetzung. Dies ist ein Geschenk und eine Aufgabe, eine Verpflichtung und eine Chance, durch Erfahrung zu reifen. (Seite?)

Tai Chi Chuan ist eine meditative Bewegungskunst und stellt eines der vollständigsten gesundheitsfördernden Übungssysteme überhaupt dar. Die Übungen sind ein ganzheitliches, traditionelles Trainingssystem für Körper, Geist und Psyche, das auf dem Wissen der Jahrtausende alten chinesischen Tradition des Taoismus basiert. Ursprünglich als innere Kampfkunst entstanden hat sich Tai Chi im Laufe der Jahrhunderte weiter entwickelt zu einer meditativen Bewegungskunst zur Stärkung der Gesundheit. www.tai-chi-tao.de

Zazen Übung und Erweckung

sind Eins

Einfach nur Sitzen. In der bestmöglichen Haltung. Die Gedanken vorbeiziehen lassen. Nichts festhalten. Nichts zurückweisen. Ohne Gewinnerwartung. www.mugakan.de