

Rinzai-Zen Tempel

# TANNENHOF

zu den drei Juwelen

## Anfahrt zum Tannenhof

### Mit öffentlichen Verkehrsmitteln

Fahren Sie mit dem Zug bis Hauptbahnhof München bzw. Ostbahnhof München und dann mit der S 2 Richtung Erding bis Markt Schwaben. Von dort müssen Sie den Bus 505 Regionalverkehr Oberbayern nach Isen nehmen; bis Haltestelle Buch am Buchrain. Von dort 2 km zu Fuß zum Tannenhof.

### Mit eigenem PKW

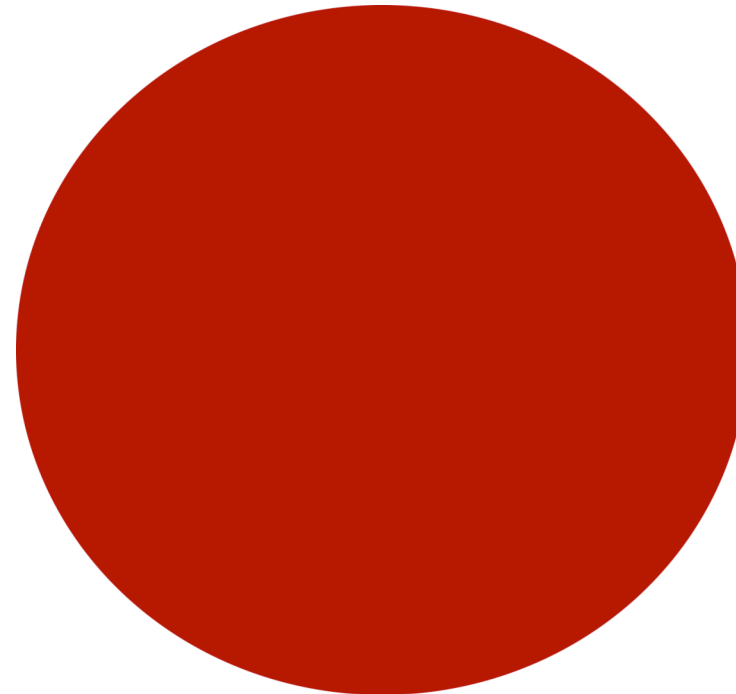
Fahren Sie auf der Autobahn bis München, dann - von der Ostumgehung A 99 (Autobahnkreuz München-Ost) auf die A 94 Richtung Passau bis Ausfahrt Anzing, Markt Schwaben. In Markt Schwaben an der Ampel vor der Kirche rechts in Richtung Isen und dann kurz vor dem Ortsende rechts Richtung Isen (Isener Str.) über Pastetten nach Harthofen. Dort an der Kirche rechts Richtung Isen nach Buch am Buchrain. Am Ortseingang links Richtung Walpertskirchen, dann nach ca. 2 km liegt links von der Hauptstraße der Tannenhof.

## Kursgebühren

Alle von der Hannya-Kai Zen-Gemeinschaft veranstalteten Kurse werden auf der Basis einer freiwilligen Spende (Dhana) abgehalten. (Dhana für die Lehrer empf. 10,00 bis 30,00 € pro Tag, Dhana für Unterkunft und Verpflegung empf. 20,00 bis 30,00 €, je nach persönlicher Möglichkeit).

Seminarhaus Tannenhof  
Buch am Buchrain  
Tel. : 08124-7818 oder 08124-909000  
Hannya-Kai Zen-Gemeinschaft e. V.  
Grünwalder Strasse 192  
81545 München  
Tel. : 089-64280829 Fax: 089-64280798  
<mailto:daikan.j.barkey@t-online.de>  
<http://www.seminarhaus-tannenhof.de>

Programm 2010



BUDDHA, DHARMA UND SANGHA

佛法僧宝

## Februar

05.-07. Claudia Wilfert: "Vom Unfrieden zum Frieden"

26.- Yoga und Zen

## März

-01. Yoga und Zen mit Daniel Hertlein

04.-07. Provokations-Seminar mit Dr. Norbert Mayer

11.-14. geschl. Gruppe v. Dr. Katja Held

19.-22. Zen-Wochenende mit Jeff Shore

26.-28. Zazen-Kai Einführung in Zen-Meditation mit Daikan Westerbarkey

29.- Oster-Exerzitium

## April

-04. Oster-Exerzitium mit Karin Reese

05.-11. Oster-Sesshin mit Daikan Westerbarkey

16.-18. Shakuhachi mit Hanada Sensei

18.-24. Sesshin mit Rev. Fuden Nessi

25. Klangschalenkonzert mit Richard Hiebinger, Beginn: 19.00 Uhr, um tel. Anmeldung wird gebeten.

## Mai

13.-16. Schamanen-Seminar  
Geschlossene Gruppe

17.-23. Enlightenment mit Nanna Michael

## Juni

03.-06. Ikebana u. Zen-Med. mit Prof. Seikei Sachiko Oishi-Hess und Daikan Westerbarkey

10.-13. Drachenkampf mit Dr. Norbert Mayer

18.-20. Schamanismus  
mit Willee Regensburger

25.-28. Yoga und Zen mit Daniel Hertlein

## Juli

02.-04. Atem-Meditation  
mit Indira Daehr

04.-10. Atemschule Mica Claus

15.-18. geschl. Gruppe Dr. Katja Held

23.-25. Zazen-Kai Einführung in Zen-Meditation  
mit Daikan Westerbarkey

25.- Sesshin mit Genso Sassaki Roshi

## August

-01. Zazen mit Pinsel und Schwert  
Sesshin mit Genso Sassaki Roshi

03.-08. Mind-Clearing mit Nanna Michael  
Ausbildungsgruppe

20.-22. Claudia Wilfert: "Mit Leichtigkeit und Freude in 2012"

24.-31. Herbst-Sesshin mit  
Daichi Bunryo Yamada Roshi

## September

09.-12. geschl. Gruppe Dr. Katja Held

17.-19. geschl. Gruppe Christel Katharina Alt

24.-26. Zazen-Kai Einführung in Zen-Meditation  
mit Daikan Westerbarkey

## Oktober

07.-10. Provokation mit Dr. Mayer

14.-17. Meditation mit Karin Reese

22.-24. Shakuhachi mit Hanada Sensei

27.- Enlightenment mit Nanna Michael

## November

- 02. Enlightenment mit Nanna Michael

04.-07. Reserviert

12.-14. Ikebana u. Zen-Med. mit Prof. Seikei Sachiko Oishi-Hess + Daikan W.

16.-21. Mind-Clearing Ausbildung  
mit Nanna Michael

## Dezember

01.-08. Winter-Sesshin mit  
Daikan Westerbarkey

10.-13. Yoga und Zen mit Daniel Hertlein

17.-19. geschl. Gruppe Christel Katharina Alt

26.-01.01. Enlightenment mit Nanna Michael

Veränderungen und Ergänzungen dieses Programms sind möglich.

## Anmeldung:

zu den Enlightenment-Kursen  
bei Frau Nanna Michael, Dipl. Psychologin u.  
Leiterin der Münchner Dyaden-Schule  
Tel. : 08036-9085989;

zu allen Zen- und Ikebana-Kursen  
bei Hannya-Kai Zen-Gemeinschaft,  
Daikan J. Westerbarkey,  
Tel. : 089-64280829;

zum Sesshin mit Gensō Roshi  
bei Petra Drichel-Flavell, Tel.: 07531-189101;

zu den Seminaren mit Dr. Mayer  
Zentrum Metafor unter Tel.: 08151-268960;

zu den Seminaren mit Claudia Wilfert,  
Schamanische Psycho-Kinesiologin, Tel.  
08138/669390

Kursbeschreibungen und Kursgebühren können  
bei den genannten Personen angefordert  
werden.

Bitte bringen Sie zu allen Kursen in den  
Tannenhof Hausschuhe, dicke Strümpfe,  
Handtücher, Bettspanntuch und Bettlaken,  
Bettwäsche und festes Schuhwerk mit.  
Sitzkissen, Sitzbänkchen, Matten, Kopfkissen  
und Bettdecken sind vorhanden.

Grundsätzliche Fragen  
und Terminvergabe für Gruppen  
bei Claudia Volkmer,  
Tel. 08124/90 9000  
oder per e-mail [cvtannenhof@yahoo.de](mailto:cvtannenhof@yahoo.de)

**Anmeldung zu Veranstaltungen  
der Hannya Kai Zen-Gemeinschaft**

**Sesshin**

Vom ..... bis .....  
mit .....

**Zazen-Kai**

Vom .....bis .....  
mit .....

**Einführung in Zen-Meditation**

Vom ..... bis .....  
mit .....

**Kurs** .....

mit .....

Anzahlung von 25,00 € mit jeder Anmeldung  
bitte auf unser neues  
Konto Nr.: 6610661; BLZ 700 400 41  
bei der Commerzbank, München

**Name:** .....

**Strasse:**.....

**PLZ/Ort:**.....

**Tel./Fax:**.....

**Sesshin**

Das Wort Sesshin bedeutet sich Sammeln (setsu) im Geist oder Herz (shin) - also zum eigenen Herzen (Ursprung) gehen.

Das ganze Tagesprogramm dient dieser Sammlung und man zieht sich von allen Verpflichtungen des Alltags zurück und widmet sich im Schweigen in Gemeinschaft mit anderen Teilnehmern ausschließlich der Zen-Übung (Zazen; Dharma-Vorträge; Gespräch mit dem Lehrer; Rezitation, Samu = meditative Arbeit).

**Zazen-Kai**

Zazen-Tagesübung um gemeinsam intensiver Zazen zu üben, Darlegung des Buddha-Dharma zu hören und Sutren zu rezitieren.

**Einführung in Zen-Meditation**

Diese Tage dienen der Einführung in den Zen-Buddhismus und Anfänger können sich mit der Zen-Meditation vertraut machen. Es werden Zazen (Meditation im Sitzen), Kinhin (Meditation im Gehen) und Achtsamkeit in allem Tun geübt. Kurze Vorträge erläutern den geistigen Hintergrund dieser alten, aus China und Japan überlieferten Tradition, mit dem Ziel, Zen im Alltag zu erkennen und anzuwenden.

**Ikebana**

Ikebana heißt wörtlich „lebende Blume“ und ist eine schöpferische Tätigkeit, die Pflanzen aus der Natur holt und ihnen als Teil eines Kunstwerks neues Leben schenkt. Die Ikenobo-Schule (Kyoto) ist die älteste Ikebana-Schule Japans. Der Weg des Ikebana ist anregend und tief mit der Natur und dem Zen verbunden.

**Mitgliedschaft + Fördermitgliedschaft**

Ich möchte

ordentliches Mitglied werden  
(Monatsbeitrag mind. 25,00 €)

Fördermitglied werden und spende  
jährlich € .....