

*Gruppo Zen Udine*  
*Incontro con lo Zen*

**Mattinata di introduzione alla meditazione Zen**

Diretto dal monaco Maurizio Kogyo Florissi

**28 Ottobre 2018 (ingresso libero)**

**Orario 10.00 – 12.30 (si consiglia l'arrivo 15 min prima)**

Dopo una breve presentazione si terrà uno zazen (meditazione seduta) intervallato da un kin-hin (meditazione camminata).

Alla fine ci sarà un mondò (domanda e risposta) un momento in cui è possibile fare delle domande per poter chiarire gli aspetti della pratica.

Una breve cerimonia concluderà l'incontro prima di salutarci con un aperitivo.

Necessaria la prenotazione tramite questa mail o tramite what's up al 348.3071667

Consigliato abbigliamento comodo neutro o scuro

Vi aspettiamo numerosi! Gassho

Presso:  
Centro T.A.O. Via Cormor Alto 218, Udine



