

# KENKON OPEN ZENDAG

Zitten met je hart.

Derde open zendag bij Kenkon in Wageningen

De zen-sangha met de grootste zendo van Nederland organiseert op 12 september haar derde zendag. Onder begeleiding van Frank Dries en Olaf van Kooten zal er van 9.00 tot 17:00 uur in stilte zazen beoefend worden. Iedereen van welke zen of andere meditatierichting dan ook, is welkom om een zaterdag samen te zitten in aandacht. De Zensangha van Kenkon kent geen andere richting dan die van in aandacht zitten met hart en hoofd: Shin (Chinees). Soto, Rinzai of Ch'an, iedereen is welkom.

De dag zal bestaan uit 5 zitperiodes van een uur inclusief kinhin en natuurlijk thee, een dharmapraatje, een mondo en een lunch.

Aanmeldingen graag voor 28 augustus sturen naar [info@kenkon.org](mailto:info@kenkon.org). Het zelf meenemen van zitgerei is aanbevolen voor niet leden. Er is plaats voor 60 mensen.

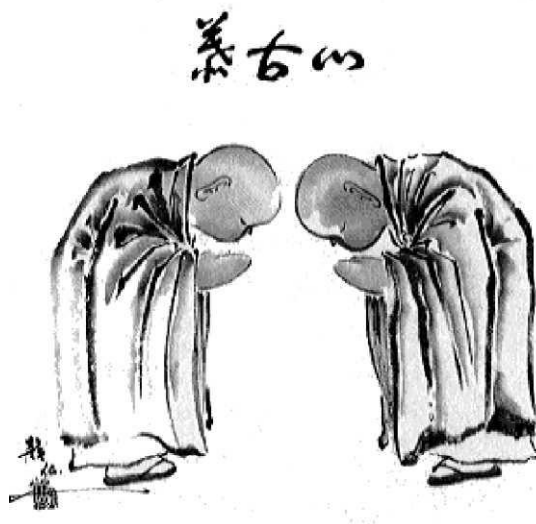
Kosten 50 euro, 35 voor Kenkonleden & Studenten (incl. lunch) te betalen op de dag zelf.

Graag vóór 9.00 uur aanwezig zijn!

Adres: Nieuwe Kanaal 11  
6709 PA Wageningen

E-mail: [info@kenkon.org](mailto:info@kenkon.org)  
Informatie over Kenkon, de begeleiders en haar zensanga: [www.kenkon.org](http://www.kenkon.org)

Tot zits op 12 September!



## **Programma Open Zendag bij Kenkon**

12 September 2010

9:00 welkom en inleiding

9:20 zazen + kinhin + zazen

10:20 kinhin

10:30 zazen + kinhin + zazen

11:30 thee

11:40 zazen + kinhin + zazen

12:40 teisho (dharma praatje)

13:00 lunch (in stilte)

14:00 zazen + kinhin + zazen

15:00 kinhin (buiten zendo)

15:15 mondo (vraag en antwoord)

15:35 thee

15:45 zazen + kinhin + zazen

16:45 evaluatie

17:00 afsluiting