

Associació Cultural Zen de Lleida

CONTACTE

Adreça: Carrer Anselm Clavé, 16, entresòl-1a – 25007 Lleida

Telèfon: 973 28 09 76

Adreça electrònica: zenlleida@gmail.com

Espai web: <http://www.zenlleida.org/>

HORARIS

Dimarts: de 07.00 a 08.15 h. i de 19.30 a 20.45 h.

Dijous: de 07.00 a 08.15 h. i de 19.30 a 20.45 h.

Dissabte: de 07.00 a 08.30 h.

GRUP

L'Associació Cultural Zen de Lleida té els seus orígens en un grup de persones que l'any 1980 es van iniciar en la pràctica zen i que s'ha anat consolidant fins a l'actualitat. Està formada per una quinzena de persones i segueix els plantejaments del mestre Taisen Deshimaru, que va ser qui va dur i va adaptar el zen a Europa (França) el 1967. Pertanyen a l'Associació Zen de Catalunya i a l'Associació Zen Internacional.

El zen és una de les grans escoles dins de la família del budisme. El zen és la pràctica de zazen, un tipus de meditació. Segons diuen els mateixos seguidors, "Zazen ens permet viure més conscientment en contacte amb nosaltres mateixos. Ens permet copsar el cos, les sensacions, les percepcions i els desitjos sense lligar-nos-hi. D'aquesta manera podem entrar en contacte amb el nostre veritable ésser original. Zazen és una pràctica on fem real la tradició del budisme, que no és res més que la pràctica religiosa original a través de l'experiència de la pròpia vida de cadascú" (www.zenlleida.org).

ACTIVITATS QUE DESENVOLUPA

La seva activitat principal és la pràctica de zazen, tot i que també fan sessions obertes d'introducció al zen per tal de difondre, ensenyar i practicar el Soto Zen tal com el va transmetre a Occident Taisen Deshimaru. A més a més, participen en les sessin o jornades intensives de zazen promogudes per AZI (Associació Zen Internacional) i l'Associació Catalana de Zen.