



# Invito alla Meditazione Zen

***Come coltivare la vita spirituale  
nel quotidiano***

**Venerdì 18 Maggio ore 18,30 - Ingresso libero  
Biblioteca Comunale - via Zama - Ragusa**

## **Conferenza su “Cultura e Pratica dello ZEN”**

**Interventi:**

### **“Il Buddhismo Zen”**

**Prof. Santo Burgio**

**(Docente di Storia del Pensiero Religioso – Facoltà di Lingue – Ragusa)**

### **“Lo Zen in occidente”**

**Rev. Guglielmo Doryu Cappelli**

**(Monaco della tradizione Zen Soto)**

### **“Introduzione alla pratica dello Zen”**

**Rev. Annamaria Gyoetsu Epifanìa**

**(Monaca della tradizione Zen Soto)**

---

**Sabato 19 Maggio dalle ore 08,00 - 18,00**

**Domenica 20 Maggio dalle ore 8.00 alle 12.00**

**Sede Ass. culturale “Pandora” - via Plebiscito 19 - Ragusa  
Sesshin**

**Attività:**

**Meditazione seduta (Zazen) - Meditazione camminata (Kinhin)  
Insegnamenti (Mondo) - Movimento consapevole - Pasti in comune**

---

*(Ogni partecipante è invitato a portare una ciotola per i pasti, un cucchiaio, un tovagliolo e una tazza per bere, cuscino e stuoa per la meditazione)*

*La sesshin prevede un contributo di partecipazione individuale  
È possibile partecipare anche a una sola sessione di meditazione  
Per motivi organizzativi è gradita la prenotazione*

**Info e prenotazioni: 347/4994846 – 333/1144238 - 0932/258423**