



NUBEVACIA  
línea zen

TALLER

Iniciación al Zen  
(octubre, noviembre, diciembre)  
Online + Presencial



*"Si quieres ver la verdad,  
no mantengas ninguna opinión a favor o en contra"*

*Shin Jin Mei (poema de la fe en el espíritu)*

## PRESENTACIÓN DEL TALLER

Este Taller de iniciación al Zen está dirigido a todo aquel que quiera conocer la práctica del Zen. El corazón de la práctica Zen es el zazen. La esencia del zazen es la actitud de permanecer presentes con nuestra experiencia tal cual es. El pasado es pasado y el futuro aún no existe. La realidad ocurre como presente. Ella es.

En este taller introductorio presentaremos todos los elementos que componen este ejercicio meditativo: sentarse en silencio (zazen), caminar meditativo (kinhin). Las enseñanzas ofrecerán, también, una visión más profunda del Zen, así como una perspectiva del Zen en la vida cotidiana.

Puedes inscribirte [AQUÍ](#)

Precio del taller (incluye 11 sesiones online y 3 presenciales): 30 €

# NUBEVACIA

línea zen

## PROGRAMA

### OCTUBRE

Martes 5, 12, 19 y 26  
Sábado 23

ONLINE (18:00 - 19:30 hora Canaria)  
PRESENCIAL\* (10:00 - 13:00)

### NOVIEMBRE

Martes 2, 9, 16, 23 y 30  
Sábado 20

ONLINE (18:00 - 19:30 hora Canaria)  
PRESENCIAL\* (10:00 - 13:00)

### DICIEMBRE

Martes 14 y 21  
Sábado 18

ONLINE (18:00 - 19:30 hora Canaria)  
PRESENCIAL\* (10:00 - 13:00)

\*: los encuentros presenciales se celebrarán en los zendos de cada ciudad:

**Gran Canaria:** Zendo Ryokan, Villa de Moya.

**Tenerife:** Convento de las Religiosas de la Asunción, Tegueste.

**Vitoria:** Arteria, Espacio Creativo

**Málaga:** (localización por concretar)

### Requisitos técnicos para la actividad online:

Necesario ordenador o móvil con webcam y micrófono, descargar e instalar ZOOM.

(Con la inscripción al curso dispondrá de un “área del practicante” con el enlace para las sesiones y los vídeos de las conferencias).