

Zen Jongeren

Zen Jongeren wil jongvolwassenen tussen **17 en 26 jaar** een plek aanbieden om samen te verstillen en te luisteren naar het hart. We maken er kennis met **zenboeddhisme**. Waarbij we in de eerste plaats samen **zenmeditatie** beoefenen.

Daarnaast houden we met regelmaat een **luistercirkel** waarbij we spreken vanuit ons hart in verbinding met wat er op dat moment bij ons leeft.



Zen Jongeren biedt ook **verschillende activiteiten** aan:

Een themagroep, een schrijf- of improvisatie-atelier, koanstudie, een stiltewandeling, een museumbezoek of samen een meditatieve film bekijken.

We verschijnen ook geregeld op evenementen zoals bijvoorbeeld de Klimaatmars of op de maandelijkse bijeenkomsten 'Stilte voor de planeet' onder de stadshal in Gent.

We sluiten onze woensdagnamiddag telkens af met koffie, thee en koekjes en de ruimte voor een babbel.

Wanneer: Iedere 1^{ste} en 3^{de} woensdag van de maand tussen 14 en 17 u.

Begeleiding: Jonas De Vuyst



Adres:
Elyzeese Velden 10b 9000 Gent

e-mail: info@zensangha.be

GSM: 0478/368270

Website:
www.zensangha.be/zen-jongeren/

Instagram:
<https://www.instagram.com/zenjongeren/>



Facebook:
([Zen Sangha](https://www.facebook.com/groups/1113045390511769), groep: [Zen Jongeren](https://www.facebook.com/groups/1113045390511769))

<https://www.facebook.com/groups/1113045390511769>