

Zen

Meditatie 4 Parkinson







Miranda Anderson met haar beeld "Yin/Yang".

Zenvol omgaan met Parkinson

- - - - x

Ik ben Miranda Anderson (1964). Moeder van 3 kinderen en sinds bijna 2 jaar trotse oma. Verder ben ik kunstenaar: beeldhouwer in steen en hout, pottenbakker en keramist. Toen ik Parkinson kreeg had ik gevoelens van zinloosheid. Ik ging op zoek naar zinvolheid en kwam uit bij een oude liefde, meditatie. In Zen vond ik een ontwikkelingsweg naar geluk. Om mijn medemens met Parkinson, met Zen meditatie kennis te laten maken, volg ik de opleiding tot Zenleraar bij Zen.nl

“

De weg van de Boeddha bestuderen is jezelf bestuderen.
 Jezelf bestuderen is jezelf vergeten. Jezelf vergeten
 is verlicht worden door de tienduizend dingen.

Zenmeester Dōgen

”



Zen cursus

-----x

Speciaal voor mensen met Parkinson geef ik deze cursus. In eerste instantie 5 lessen in november. Bij voldoende belangstelling doorlopend.

De gratis proefles is op woensdag 1 november om

13:00 uur bij fysiotherapie Lent, Schoolstraat 25

Voor meer informatie mail: miranda@zen4parkinson.nl





‘Als ik naar water kijk, word ik water. Als ik naar een bloem kijk, wordt ik de bloem. ‘De bloem die op het water drijft, hoera!’ -Zenmeester Seo-Ong-
