

## 1. WÖCHENTLICHES ZAZEN im Zendo

(Ramperstorfferg. 65/2.Stock)

**Montag und Mittwoch abends** 18:30 bis 21:30 Uhr, mit Vortrag um 20:00 Uhr und Aussprachemöglichkeit. Kommen und Gehen ist möglich um 19:05 und 19:50 Uhr.

**Freitag früh:** 6:30 bis 8:00 Uhr.

In den Ferienzeiten und an schulfreien Tagen entfällt das ZAZEN. Die Übungen werden von den von mir autorisierten Lehrern geleitet.

**Anmerkung:** Keine Anmeldung erforderlich. Die Übungen sind nicht für Anfänger gedacht! Wer anderswo eine Einführung bekommen hat, kann teilnehmen.

**Sonntag:** von 17:30 - 20:00 Uhr, einmal im Monat.

Terminanfrage bei Norbert Strasser oder siehe Homepage.

\*\*\*\*\*

## 2. EINFÜHRUNGSSEMINARE

### Im Zendo

Samstag, 04.03.2023, von 9:00 bis 16:00 Uhr.

Gehalten von Eva Vorpapel-Redl

**Anmeldung:** Tel: 0676 93 12 556 oder

E-Mail: [evavorpapelredl@googlemail.com](mailto:evavorpapelredl@googlemail.com)

Samstag, 30.09.2023, von 9:00 bis 16:00 Uhr.

Gehalten von Herbert Synek

**Anmeldung:** Tel.: 0664/3447997 oder

E-Mail: [praxis@psychotherapie-synek.at](mailto:praxis@psychotherapie-synek.at)

Einzahlung des Kostenbeitrages von € 20,- bitte auf das Konto der Erste Bank: **IBAN: AT662011183737304600, BIC: GIBAATWW**, lautend auf Norbert Strasser und Herbert Synek, damit ist der Platz fixiert.

Bequeme Kleidung wird empfohlen. Unterlagen, Kissen und Bänke sind vorhanden.

**Eine Einführung für Anfänger ist auch bei den diversen ZEN-SEMINAREN vorgesehen!**

## 3. ZEN-SEMINARE

*für Anfänger und Fortgeschrittene*

### ZEN-SEMINAR im Bildungshaus St. Virgil (Salzburg)

Gehalten von Eva Vorpapel-Redl.

Freitag, 10.02.2023, 19:30Uhr bis Sonntag 12.02.2023, 12:30Uhr

**Anmeldung:** 5026 Salzburg Ernst Grein-Str.14, Tel. 0662/65901/514 oder [www.virgil.at](http://www.virgil.at)

### ZEN-SEMINAR im Kloster Kirchberg am Wechsel

A - 2880 Kirchberg am Wechsel, Markt 2, Tel: +43 2641 6275

Gehalten von Norbert Strasser.

Freitag, 17.03.2023, 18Uhr bis Sonntag 19.03.2023, 13Uhr.

**Anmeldung:** Norbert Strasser, E-Mail: [family.strasser@kpr.at](mailto:family.strasser@kpr.at).

### ZEN-SEMINAR im Sifft Göttweig

Gehalten von Herbert Synek.

Freitag, 20.10.2023, 18Uhr bis Sonntag, 22.10.2023, 13Uhr

**Anmeldung:** Tel.02742/3242352, E-Mail: [charisma@kirche.at](mailto:charisma@kirche.at)

### ZEN-SEMINAR im Bildungshaus St. Virgil (Salzburg)

Gehalten von Eva Vorpapel-Redl.

Freitag, 22.09.2023, 19:30Uhr bis Sonntag 24.09.2023, 12:30Uhr

**Anmeldung:** 5026 Salzburg Ernst Grein-Str.14, Tel. 0662/65901/514 oder [www.virgil.at](http://www.virgil.at)

### ZEN-SEMINAR im Stift St. Georgen am Längssee

Gehalten von Marie Dominique Molnar.

Freitag, 22.09.2023, 18Uhr bis Sonntag 24.09.2023, 13Uhr (anschließend Sesshin)

**Anmeldung:** bei Marie Dominique Molnar, Tel: 0676 700 64 08

### ZEN-SEMINAR im Bildungshaus St. Benedikt(Seitenstetten)

Gehalten von Norbert Strasser.

Freitag, 03.11.2023, 18Uhr bis Sonntag 05.11.2023, 13Uhr.

**Anmeldung:** Bildungshaus St. Benedikt, 3353 Seitenstetten, Promenade 13 Tel. 07477 42885. Fax 07477/42885 20, E-Mail: [bildungszentrum@st-benedikt.at](mailto:bildungszentrum@st-benedikt.at)

\*\*\*\*\*

## 4. ZEN-SCHWEIGESEMINARE *(nur für Geübte)*

### ZEN-SCHWEIGE-SEMINAR im Kloster Kirchberg am Wechsel

Gehalten von Herbert Synek.

Freitag, 24.11.2023, 18Uhr bis Sonntag 26.11.2023, 13Uhr.

**Anmeldung:** Herbert Synek. E-Mail: [praxis@psychotherapie-synek.at](mailto:praxis@psychotherapie-synek.at)

## 5. SESSHIN *(nur für Geübte)*

### SESSHIN im Bildungshaus St.Benedikt (Seitenstetten)

Gehalten von Norbert Strasser.

Sonntag, 05.03.2023, 18Uhr bis Freitag, 10.03.2023, 13Uhr

**Anmeldung:** Bildungshaus St. Benedikt, 3353 Seitenstetten, Promenade 13 Tel. 07477 42885. Fax 07477/42885 20, E-Mail: [bildungszentrum@st-benedikt.at](mailto:bildungszentrum@st-benedikt.at)

### SESSHIN in der Karwoche

Gehalten von Herbert Synek.

Bildungshaus St. Hippolyt, Eybnerstraße 5, A-3100 St. Pölten.

Samstag, 1.04.2023, 18:00Uhr bis Donnerstag, 6.04.2023, 9Uhr.

**Anmeldung:** Bildungshaus St. Hippolyt (siehe Homepage).

### SESSHIN im Stift St. Georgen am Längssee

Gehalten von Marie Dominique Molnar.

Sonntag, 24.09.2023, 18Uhr bis Freitag 27.09.2023, 13Uhr

**Anmeldung:** bei Marie Dominique Molnar, Tel: 0676 700 64 08

### SESSHIN zu Neujahr 2024

Gehalten von Eva Vorpapel-Redl.

Montag, 01.01.2024, 18.00Uhr bis Samstag, 06.01.2024, 13Uhr.

**Anmeldung:** Bildungshaus St. Hippolyt (siehe Homepage).

\*\*\*\*\*

## 6. WEITERE VERANSTALTUNGEN

### ZEN-Tag in 3843 Dobersberg, Schellingstr. 8

Samstag 15.07.2023, 09:00 bis 18Uhr

Optional ist Sitzen auch am Freitag Abend und Sonntag Vormittag möglich.

**Anmeldung und Information:** Monika Moser (0664/1206557)

## Regelmäßiges Zazen andernorts:

**1080 Wien, Aiserstraße 53/5/12:** Information Eva Krennbauer  
Tel.+4369917064213, E-Mail: e.krennbauer@aon.at

**Hinterbrühl:** Information Stefan Brunnsteiner, Tel.: +43 664 7302  
2384

### Bildungshaus St. Hippolyt

Information Norbert Strasser:  
E-Mail: [family.strasser@kpr.at](mailto:family.strasser@kpr.at)  
Tel.: 0650/2312147

### Zazen in Wr. Neustadt, Domprobstei, Domplatz 1

Information Anna Rheindorf Tel. 0664/ 1321 282,  
E-Mail: [forestway13@gmail.com](mailto:forestway13@gmail.com)

### 7123 Mönchhof; Zisterzienserinnen-Abtei Marienkron

Information: [md@abtei-marienkron.at](mailto:md@abtei-marienkron.at)

### Seitenstetten (Bildungshaus St. Benedikt)

Information Johann Heilmann:  
E-Mail: [johann.heilmann@liwest.at](mailto:johann.heilmann@liwest.at)  
Tel.: 0699/10290547

### 5200 Salzburg/Borromäum, Gaisbergstraße 7

Information: Kaltner Monika und Helmut Tel. 0662/623408 oder  
0664/7808332

### 5201 Seekirchen am Wallersee,

Möwenstraße 1  
Information: Angelika Maria Gigler, Tel.: 0660 4772552 oder  
E.mail: [angelika.gigler@sbg.at](mailto:angelika.gigler@sbg.at)

### 9020 Klagenfurt:

Information: Marie-Dominique Molnar,  
Tel. 0676/7006408

### Berlin:

Information Peter Pütz, 12103 Berlin Alt-Tempelhof 23,  
Tel. +49 30 7519418

### Ljubljana (Slo):

Information Pavel Skerlj Tel. +386/40377339  
(Englisch)  
oder [slavi.pogacar.zorenc@gmail.com](mailto:slavi.pogacar.zorenc@gmail.com)

## Anmerkungen:

- Alle Veranstaltungen werden von den von Karl Obermayer autorisierten Lehrern gehalten. Zen lehren wir nach der Methode des Soto-ZEN.
- Folgenden hat Karl Obermayer eine Lehrbefugnis erteilt: Mirjam Dinkelbach OCist, Dr. Marie-Dominique Molnar, Dr. Herbert Synek, DI. Norbert Strasser, Dr. Eva Vorpapel-Redl und Henry Vorpapel.  
Zum Mitarbeiterteam gehören auch: Wolfgang Klaus, Marietta Huber, Otto Herbert Hübl und Anton Neuhauser.
- Für Anfänger empfehlen sich die Einführungsseminare, aber auch bei ZEN-Seminaren kann auf sie Rücksicht genommen werden. SESSHIN ist die intensive Form der gemeinsamen Übung und nur für Geübte möglich.
- Die Anmeldung erfolgt beim jeweiligen Veranstalter, außer es ist eigens angegeben.
- Zur Unterstützung des Zendo und für die Zeitschrift Mungen verwenden Sie bitte das folgende Konto der Ersten Bank lautend auf Norbert Strasser und Herbert Synek.  
IBAN: AT662011183737304600, BIC: GIBAAATWW
- Ob zu den Veranstaltungen das **eigene Zafu (Polster) bzw. sind entsprechende Unterlagen mitzunehmen** ist, sollte vorher nachgefragt werden.. Im Zendo ist die weiche Unterlage gegeben.  
Programmänderungen sind manchmal unvermeidbar.

**Aktuelle Information sind auf der Homepage**  
<http://www.zendowien.org> zu finden.

Das jap. Schriftzeichen bedeutet ZEN. Es entstammt einer Tuschzeichnung von Roshi Nagaya zu diesem Zweck.  
Der Nachdruck ist nicht gestattet.



ZENDO WIEN 5

A1050 Wien, Ramperstorffergasse 65

ZEN – Veranstaltungen

KARL OBERMAYER

9. Jänner 2023 – 9. Jänner 2024

<http://www.zendowien.org>