

Centro Zen Anshin



Il **Centro Zen Anshin** è situato nel cuore di Trastevere in via Ettore Rolli, 49. Sebbene sia inserito in un appartamento e non visibile dall'esterno, una volta entrati ci si dimentica di essere in pieno centro di Roma. Il centro possiede delle sale per le attività, e un giardino zen sul retro: nel giardino vi è anche una piccola casa, adibita a Bed&Breakfast. Il centro è affiliato alla **Sanshin Zen Community** fondata dal **Maestro Shohaku Okumura** ed è associato all'Unione Buddhista Italiana.

Grazie ai suoi maestri e monaci Zen Soto, **Annamaria Gyoetsu Epifania** e **Guglielmo Doryu Cappelli**, discepoli del Maestro Shohaku Okumura, molte sono le attività proposte, aperte a tutti:

- Attività di Dharma
- Pratica di Zazen (meditazione seduta)
- Kinhin (meditazione camminata)
- Introduzione allo Zazen per principianti
- Insegnamenti, gruppi di studio e condivisioni
- Cerimonie con recitazione di Sutra (testi sacri)
- Celebrazioni di ricorrenze buddhiste
- Giornate di pratica intensiva (Sesshin)
- Zazen, Samu (attività manuali), pasti formali (Oryoki), insegnamenti
- Conferenze di docenti ospiti, iniziative editoriali, proiezioni di films
- Iniziative di solidarietà, incontri con le scuole, dialogo interreligioso

Per approfondire:

<https://www.anshin.it/>

<https://www.youtube.com/watch?v=7zHJnU0GOOE>

https://www.youtube.com/watch?list=PLOUxK4HICnoK0iYkFqkYa8PcxS-f6T_KT&v=bHvF8eoRx_M&feature=emb_logo