

ריטריט זן בעין כרם עם הסגה של ד"ר ארז יוסקוביץ'

16-18 באוקטובר 2025

סוף שבוע של תרגול והעמקה

אנו שמחים להזמין אתכם לסוף שבוע של תרגול זן אינטנסיבי באווירה שקטה ומעמיקה באכסניית המנזר Casa Nova שבעין כרם.

במהלך הריטריט נתרגל מדיטציית זאזן, הליכה מדיטטיבית, תרגולים של שקט נוכח וחקירה ישירה, לצד לימוד של טקסטים ושיחות דהרמה. התרגול מבוסס על מסורת הזן היפנית – תרגול מדויק וישיר המכוון לפגישה בלתי אמצעית עם החיים כפי שהם.

הריטריט יונחה ע"י ד"ר ארז יוסקוביץ', מורה ומומחה למסורת הזן היפנית, בעל נסיון של למעלה מ-25 שנה של תרגול זן ביפן ובמערב.

מתי:

חמישי עד שבת 16-18 באוקטובר

התכנסות ביום חמישי מהשעה 10:00

תחילת התרגול בשעה 11:00

סיום הריטריט בשבת אחה"צ

היכן:

אכסניית מנזר Casa Nova עין כרם

תנאים ולינה:

- הלינה בחדרים זוגיים פשוטים, צנועים ונעימים.
- התרגול באולם משותף.
- ארוחות צמחוניות בסיסיות אשר יוכנו ע"י צוות חדר האוכל של המנזר.

עלות:

- עלות הארוח תהיה כ-850 ₪ לאדם בחדר זוגי (הסכום משולם ישירות למנזר, הסכום הסופי ייקבע לפי מספר המשתתפים הסופי).
- התשלום למורה יינתן בנפרד ובצורת דאנה (באמצעות ביט, פייבוקס או העברה).
- קיימת אפשרות להשתתף בעלות נתמכת. מוזמנים לפנות אלינו.

הרשמה והתחייבות:

- לטובת ההרשמה יש לשם מקדמה בסך 300 ₪ מתוך הסכום הכללי של הארוח.
- במקרה של ביטול מצדכם – יתבצע החזר של דמי ההרשמה עד 10 ימים לפני מועד הריטריט. לאחר מכן לא נוכל לבצע החזר של דמי ההרשמה.
- אם הריטריט יבוטל – דמי ההרשמה יוחזרו במלואם.

לתשומת לבכם:

הריטריט יתקיים במסגרת של שתיקה רצופה וילווה בלוחות זמנים מובנים, הכוללים תרגול מדיטטיבי אינטנסיבי לאורך רוב שעות היום. זוהי מסגרת המיועדת למתרגלות ולמתרגלים מנוסים, כמו גם לכל מי שמוכן/ה ופתוח/ה להעמקה בשלושה ימים של תרגול שקט, רציף ומעמיק. למען שמירת הריכוז והמרחב המשותף, לא יתאפשר שימוש בטלפונים ניידים או במכשירים אלקטרוניים אחרים במהלך הריטריט.

להרשמה ולפרטים נוספים אנא פנו אל טוביה גד אור.
בטלפון: 054-5897954

או במייל: tuvia.g.orr@gmail.com

פרטים נוספים (כתובת, ציוד מומלץ, לוח הזמנים וכו') יישלחו לנרשמים בסמוך למועד הריטריט.

בברכה