

# ZEN in den Bergen, 2. – 7. September 2025, Boden im Lechtal



Ich habe klar erkannt, Geist ist nichts anderes, denn Berge und Flüsse  
und die große weite Erde,  
als die Sonne, der Mond und die Sterne.

(Zenmeister Dogen, 1200 - 1253)

Wir gehen in die Berge und üben Zazen, um in die Lage zu kommen, eben das zu verwirklichen!  
Die Tage in den Bergen haben eine große Kraft uns zu helfen, unsere Alltagsangelegenheiten sein  
zu lassen und unsere wahre Wesensnatur zu entdecken.  
Vielleicht lagen deshalb in China und Japan so viele Zen-Klöster in den Bergen.  
Diese Tage bieten auch einem interessierten Familienmitglied oder einem Freund/einer Freundin  
Gelegenheit, einen "Geschmack" von Zazen zu bekommen.

- Leitung:** Sr. Kathleen Reiley Seiun Roshi mit Hans Scherzer Ou'un-Ken.  
**Teilnehmerkreis:** Für Geübte und für interessierte Anfänger. Einführende Unterweisungen werden angeboten. Teilnehmerzahl abhängig von Coronaregelung (max. 16 Personen).  
**Tagesprogramm:** Morgens, nachmittags und abends je 3 Meditationseinheiten à 25 min.  
Tagsüber ca. 5 Stunden Bergwandern in Stille, alternativ Zazen u. Spaziergang.  
**Zeit:** Dienstag 2. September 2025, einchecken ab 15 Uhr, Beginn 18 Uhr mit Abendessen bis Sonntag 7. September 2025 nach dem Frühstück, ca. 10 Uhr.  
**Ort:** Seminarhaus am Rande des Dorfes Boden oberhalb des Tiroler Lechtals.  
Seminarhaus Boden, Ulrich Heite, (Tel.: +43 5635 235, Mail.: [ulrich.heite@gmail.com](mailto:ulrich.heite@gmail.com))  
A-6647 Pfafflar, Boden 41  
**Unterkunft:** 2 Räume mit Schlafplätzen auf Matratzen (dazwischen Paravents), einige Betten.  
**Verpflegung:** vegetarisch.  
**Kosten:** Hauskosten 150 € (30 € pro Tag), Verpflegung 110 €.  
Bezahlung nach Ankunft. Reisekostenbeitrag und Dāna für Sr. Kathleen und Hans.  
**Mitzubringen:**
- Sitzkissen (wenn Anreise im Auto)
  - Handtuch, Schlafsack, Leintuch, Kopfkissen, Hausschuhe
  - Bergschuhe, Regenjacke, Rucksack, Trinkflasche, eventuell Wanderstöcke
- Anmeldung:** Hans Scherzer  
Starkenburggasse 3/6  
A-1160 Wien  
E-Mail: [hans.scherzer@aon.at](mailto:hans.scherzer@aon.at)  
Tel.: nur für kurzfristige Änderungen  
+43 664 733 44 954  
**Anmeldeschluss:** Donnerstag, 31. Juli 2025. Spätere Änderungen bitte auch direkt an Ulrich Heite.



Seminarhaus Boden

## Hinweise zur Anreise nach BODEN

### Mit dem Auto:

Von **München** (3 Std.) über Garmisch und Reutte ins Lechtal, weiter durch Weissenbach und Stanzach bis Elmen. An Elmen vorbei Richtung Hahntennjoch, Bsclabs, dann Boden (von der Bergstraße rechts weg Richtung Boden. Nach der Ortstafel zweites Haus an der Straße links, Nr. 41, rote Fensterläden).

Von **Kempten** (1,5 Std.) über Oy und Oberjoch nach Weissenbach, weiter wie oben.

Von der **Schweiz**, St. Margarethen (2 Std.) über Dornbirn, Hochtannbergpass und Warth durchs Lechtal bis Elmen, weiter wie oben.

Von **Innsbruck** (1.5 Std.) nach Imst und über das Hahntennjoch nach Boden.

Mit der Bahn bis Bhf. Imst-Pitztal, dann mit dem Bus 155 in Richtung 'Elmen Gemeindeamt' bis Pfafflar Boden Dorf. (Bzw. vorher bei Hans anfragen wegen Möglichkeit einer Mitfahrgelegenheit.)  
Suche der Busverbindung über Verkehrsverbund Tirol: <https://www.vvt.at/page.cfm?vpath=index>

-----  
Unten bitte auch Uhrzeiten eintragen wegen der Essensplanung (18 Uhr Abendessen, 8 Uhr Frühstück).

Absender: \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

Tel.: \_\_\_\_\_ Mail \_\_\_\_\_

### Anmeldung für Zen-Training in Boden 2025

an

[hans.scherzer@aon.at](mailto:hans.scherzer@aon.at)

weitere Termine:

[www.zendo-muenchen.de/termine.htm](http://www.zendo-muenchen.de/termine.htm)

Ich melde mich an für **Zazen in Boden** vom ..... August, ..... Uhr  
(Wochentag, Datum, Uhrzeit) bis ..... August, ..... Uhr

Schlafe außer Haus  Esse außer Haus .....

Biete Mitfahrt von ..... (Ort) für ..... Person (en)

Suche Mitfahrt von ..... (Ort) für ..... Person (en)

Bitte um Zusendung weiterer Information über Anreise  und Ablauf

Essensunverträglichkeit: .....

Datum: ..... Unterschrift: .....