



## ACTIVIDADES DE LA SANGHA KARUNA ABRIL 2024



### ZAZEN

Todos los Sábados de 7:00 a 9:00  
Todos los Martes de 19:00 a 20:00\*

### ZAZENKAI

Terceros Sábados de 7:00 a 10:30  
Presencial: Calle Jerónimo Carrión N10-94 y Av. 12 de Octubre, 2do Piso. Ocasionalmente: en el Parque, al aire libre.  
Virtual: vía Zoom



### VIVIR EL ZEN

**Abril 6:** 7:00 – 8:15 Zazen  
8:15 – 9:15: Diálogo sobre el libro “Zen, Un Camino Hacia la Propia Identidad-Una Ayuda para Entender la Iluminación; Introducción a la Meditación”, de Hugo Makibi Enomiya-Lasalle, S.J. y Maestro Zen (1898-1990). “Zen, Un camino Hacia la Propia Identidad”, Valoración de la Iluminación. Facilitará el diálogo Hugo Ramos.



### COMPARTIENDO VIVENCIAS

**Abril 13:** 7:00-8:15 Zazen  
8:30 – 9:15: Experiencias de LK Movimiento Inteligente, facilitado por Judi Salgado.



### ACTIVIDADES ESPECIALES

**Abril 27:** 7:00 – 8:15 Zazen  
**8:15-9:00 Actividades Especiales:**  
**Diálogo sobre rituales en un Sesshin.**

\***Zazen de los martes:** 1ro. Martha Rodríguez; 2do. Judi Salgado; 3ro Marisol Cárdenas; 4to Hugo Ramos.

El sábado **20 de abril** tendremos nuestra práctica regular de **Zazenkai**. Si el tiempo permite, lo haremos en el Parque de la Mujer.

Para recibir este programa, regístrate en [sanghazenc@gmail.com](mailto:sanghazenc@gmail.com)  
Visítanos en [www.centrozenkaruna.org](http://www.centrozenkaruna.org)