



John's Online Zendo

Beste <<Voornaam>> ,

We zijn weer aan de slag gegaan met de Lunchtijd Meditatie en de Zondagochtend Meditatie. Het is mooi om te zien dat er een online Shangha aan het ontstaat is.

Ik heb dit weekend een [video gemaakt over de Zenweg](#). Wellicht vind je het interessant om er kennis van te nemen (kijk- en/of luistertijd: +/- 10 minuutjes).



Alle goeds en een hartelijke groet,

John de Weerd

De eerste stappen op de Weg



Online Lunchtijd Meditatie

Iedere werkdag 20 minuten (stilte) meditatie.

Dana suggesties (vrijwillige bijdrage):

- Per keer: Euro 1,50
- Per week: Euro 6,75
- Per maand: Euro 25,00

*Je kunt jouw vrijwillige bijdrage overmaken op NL30 ABNA
0806 9740 60 t.n.v. Ming Zen Centrum o.v.v. "donatie"*

ZOOM Link Lunchtijd Meditatie

Vanwege de veiligheid graag eerst (eenmalig) je naam en email registreren

Ieder zondagochtend mediteren we online twee keer 25 minuten afgewisseld met loopmeditatie.

Dana suggesties (vrijwillige bijdrage): Per keer: Euro 3,00

Je kunt jouw vrijwillige bijdrage overmaken op NL30 ABNA 0806 9740 60 t.n.v. Ming Zen Centrum o.v.v. "donatie"

ZOOM link Online Zondagochtend

Vanwege de veiligheid graag eerst (eenmalig) je naam en email registreren

[!\[\]\(3e2231b1ad3ca8da8658228c00dd08e0_img.jpg\) Share](#) [!\[\]\(96a82dd1250f57fd139c5f3b80c9d977_img.jpg\) Tweet](#) [!\[\]\(3fd2f8db37e12aa5bbcaf4dfbd320f6c_img.jpg\) Forward](#) [!\[\]\(e0326b4151c040481d9d39947d969a7a_img.jpg\) Share](#)

[Subscribe](#)

[Past Issues](#)

[Translate ▼](#)

