



My August Japanese Garden

&



International Institute for Science and Spirituality Research



***Gestalte Deinen eigenen
Zen Garten***

**SEMINAR
mit Ivan & Roberta**

25. Juni 2023



SEMINAR
Japanischer Garten
mit Ivan & Roberta

„Gestalte Deinen eigenen Zen Garten“

Sonntag, den 25. Juni 2023

9.00 Uhr - Ankunft im My August Garden und Start
der Führung durch den japanischen Garten;

9.30 Uhr - Meditation;

10.00 Uhr - Teeverkostung;

10.30 - 18.00 Uhr - Gestaltung Deines eigenen Zen
Garten, inkl. inhaltliche Erklärungen (Zen
Geschichte, Tradition), gemeinsames Mittagessen
und viel mehr ...

*My August Japanese Garden
via Bombaiu, 30*

33058 San Giorgio di Nogaro Udine

 *myaugustjapanesegarden*

 *NewHistoricalMethod*



ZEN GARTEN

Es ist psychologisch und medizinisch bewiesen:

Ein schöner Garten ist die beste Wellness.

Das Grün der Pflanzen setzt Glückshormone im menschlichen Gehirn frei und durch nur 20 Minuten Gartenarbeit am Tag wird die Ausschüttung von Stresshormonen deutlich reduziert. Eine Erkenntnis, die japanische Gartengestalter schon vor Jahrtausenden hatten. Sie entwickelten unterschiedliche Formen von Gärten, die bestimmten Zwecken dienten, vornehmlich der Abkehr vom Alltag und der Besinnung auf sich selbst und die Natur.

Zen-Mönche entwickelten vor über 1.000 Jahren ihre eigene Version des japanischen Gartens, den Kare Sansui. Sie beschränkten die Gestaltung auf das Wesentliche. So entstanden die traditionellen Zen-Gärten, auch Stein- oder Trockengärten genannt.

Die Gartenphilosophie der Japaner findet auch in Europa immer mehr Anhänger..

Bei der Gestaltung eines japanischen Gartens geht es nicht darum, eine Fläche anzulegen, die „japanisch“ aussieht. Sie brauchen keine Accessoires mit asiatischen Schriftzeichen, um fernöstlichen Flair zu erzeugen. Ganz im Gegenteil. Die Grenze zum Kitsch ist nämlich schnell überschritten. Nimm den Fokus auf die japanische Philosophie, auf die geplante Harmonie eines Zengartens oder die kontemplative Ruhe eines Tee-Gartens. Und genieße voll und ganz die meditative Atmosphäre durch.

Die Grundidee ist das „zur Ruhe kommen“ und die Abkehr vom Alltag. **Der Mensch soll in der Natur zu sich selbst finden.**

Sobald Du dies bei der Gestaltung Deines japanischen Gartens erlebst, wird dieser kein Konzept mehr sein, sondern ein integraler Bestandteil Deines Lebens.



DER TERMIN

25. Juni 2023

Am längsten Tag und der kürzesten Nacht des Jahres, am 21. Juni, fand die Sommersonnenwendfeier der Kelten statt. Dieses keltische Fest, das den Beginn des Sommers markierte, wurde bei den Kelten **Oiche Fheile Eoghain** genannt.

Mit der Sommersonnenwende feierten die Kelten den Beginn des Sommers, die Zeit des Wachsens, der Sonne und Fruchtbarkeit. Die wenigen warmen Monate hatten bereits die ersten reifen Früchte hervorgebracht und die Natur stand in Hülle und Fülle.

Diese Zeit des Überflusses und des Reichtums feierten die Kelten. Dieses Fest erreichte am längsten Tag des Jahres und der kürzesten Nacht seinen Höhepunkt. Geweiht war es der keltischen Muttergottheit. Ihr zu Ehren hielten die keltischen Druiden besondere Rituale ab und entzündeten große Freudenfeuer.

Als das Christentum Irland erreichte, versuchten die christlichen Missionare auch auf der Grünen Insel das keltische Fest der Sommersonnenwende in den christlichen Jahreskreis einzubinden. Das christliche Fest war Johannes dem Täufer geweiht, der am 24. Juni das Licht der Welt erblickt haben soll. Es nimmt daher nicht wunder, dass zahlreiche der keltischen Bräuche Eingang in die christliche Tradition fanden. Zum Beispiel der Tanz um das Johanni-Feuer oder das Johanni-Kraut.



Das ist ein gemeinsames Projekt von
MAJG & IRIS
Ivan Pressi & Roberta Rio

www.bibanart.it

www.iris-one.org