

# Escuela Zen Sincronía



**Zaike-Zen**  
**Galicia**  
Sesshin/Retiros

**MEDITACIÓN ZEN Y CONTEMPLACIÓN**  
**UN CAMINO PRÁCTICO, VIVO Y ACTUAL DE MADUREZ HUMANA**  
**(Inspirada en el Zen japonés, San Juan de la Cruz y San Ignacio de Loyola)**

***Zaike-Zen: Un Camino Laico para todas las personas***

*El maestro Koyama Shikei transmitió su Zen a Pedro Vidal con estas palabras: “He heredado del maestro Itô el Zaike-Zen; es el nombre de su escuela Zen, y que usted puede utilizar en su tierra. Es un Zen transmitido desde un maestro laico; creo que la espiritualidad de hoy va a pasar a ser practicada por la gente común. Usted, cuando vuelva a su tierra, si quiere abrir una escuela, puede poner a su Zen el nombre de Zaike-Zen”.*

*Zaike quiere decir seglar, laico, no sacerdote o monja, una persona normal que vive en la vida cotidiana. Zaike es la persona normal que sin salir de casa para irse a un templo, sin salir del ambiente de cada día, del trabajo, de la familia, trabaja para llegar a la madurez humana. Zaike-Zen significa Zen no sólo para los especialistas, sino para todos, para la gente normal de cada día. Y Zen significa “Bien”. Así que Zaike-Zen significa “Un Camino de Bien para todas y todos”.*

*Este camino se apoya por tanto en la enseñanza del maestro Pedro Vidal, que la ha perfeccionado de la mano de sus maestros Koyama Shikei, Kadowaki Kakichi, Morishima Kenryu y Arao Arai, de la línea Zen Rinzai, estando también influenciado por vías contemplativas occidentales.*

*El maestro Koyama Shikei insistió mucho a Pedro Vidal en la conveniencia de completar el Zaike-Zen con las enseñanzas del místico cristiano San Juan de la Cruz. Y el maestro Kadowaki Kakichi, jesuita, le enseñó a Pedro Vidal el Zen-Ignaciano, uniendo la esencia del Zen con la esencia de los Ejercicios Espirituales de San Ignacio de Loyola.*

## **RETIROS DE MEDITACIÓN ZEN Y CONTEMPLACIÓN CON EL MAESTRO PEDRO VIDAL**

**TIPO:** Profundización y Seguimiento  
**ALOJAMIENTO:** El retiro incluye alojamiento y pensión completa

### **DIRIGIDO A:**

- En general, a todas las personas que deseen conocer una Meditación Zen y Contemplación actualizada, profundizando en el recorrido de un camino hacia la MADUREZ HUMANA de forma sencilla y clara.
- A todas las personas que ya se han INICIADO en la Meditación Zen y Contemplación, y desean profundizar con un SEGUIMIENTO más personalizado

### **FECHAS RETIROS 2019/2020 EN A CORUÑA - VIGO:**

OCTUBRE 2020: Viernes 23 a domingo 25 (Pontevedra-Armenteira) **ANULADO**  
MARZO 2021: Viernes 12 a domingo 14 (Ourense-Oseira)

HORARIO PREVISTO: Se comienza el primer día a las 18:00 y se termina el domingo, tras la comida.

<b>Información e inscripciones:</b>	Pedro Vidal	pedrovidal@sincroniazen.com
-------------------------------------	-------------	-----------------------------

**Para más información ponerse en contacto con:**  
**Pedro Vidal - Maestro Zen y Director de la Escuela Zen Sincronía**  
pedrovidal@sincroniazen.com - www.sincroniazen.com - www.miradainterior.com