

# 煎茶道

## **TEE – ZEREMONIE SENCHA-DO – TEE-WEG** *Durch Stille zur inneren Freiheit*

*Tee-Weg bedeutet: Tee achtsam zubereiten, geniessen,  
trinken,  
- bedeutet Form, Bewegung und Geist zusammen  
wachsen lassen.*

*Tee-Weg bedeutet: Respekt, Dankbarkeit, Einfachheit,  
Bescheidenheit, Demut und Freude.*

*Eine zentrale Frage in der Praxis ist: Wo atmen wir?  
Mit bewusstem Bauch-Atmen können wir Körper und  
Geist tiefer erleben und weiter entwickeln.*

*Ihr seid herzlich eingeladen am Freitag, 29. Oktober  
um 19.15 zu kommen und mit mir Tee zu trinken.*

*Kosten p.P. Fr. 20.-*

*Hiroko Fujii*

*Anmeldung und Lokalität: Asia Sport, Herisau  
Tel. 071 352 34 55 / [info@asiasport.ch](mailto:info@asiasport.ch)*

