

Zen-Sesshin im Dōjō Kyōdaizan Leipzig 1.- 4. Juni 2023

Leitung: Thomas Kairyū

PROGRAMM

Donnerstag, 1.6.

Ab 17:30 Uhr

18:00 Uhr

19:00 ~ 20:45 Uhr

anschließend

22:30 Uhr

Anmeldung / Tee

Einführung für Anfänger

Zazen / *H. Shingyo*

kl. Imbiß

Nachtruhe

Freitag, 2.6.

06:30 Uhr

07:00 ~ 08:50 Uhr

anschließend

anschließend

10:45 - 11:15 Uhr

11:30 - 12:45 Uhr

13:15 Uhr

anschließend

15:15 - 16:30 Uhr

17:00 - 19:00 Uhr

19:30 Uhr

anschließend

20:45 ~ 22:15 Uhr

22:45 Uhr

Wecken

Zazen / Zeremonie

Gen Mai / Dōjō

Pause / Kaffee, Tee

Samu

Zazen

Mittagessen / Dōjō

Pause / Kaffee, Tee

Samu

Zazen

Abendessen / Dōjō oder Speisesaal

kurze Pause

Zazen / *H. Shingyo - Sampai*

Nachtruhe

Samstag, 3.6.

06:30 Uhr

07:00 ~ 08:50 Uhr

anschließend

anschließend

10:45 - 11:15 Uhr

11:30 - 12:45 Uhr

13:15 Uhr

anschließend

15:10 - 15:40 Uhr

15:40 - 16:40 Uhr

17:10 - 19:00 Uhr

19:30 Uhr

anschließend

20:45 ~ 22:15 Uhr

22:45 Uhr

Wecken

Zazen / Zeremonie

Gen Mai / Dōjō

Pause / Kaffee, Tee

Samu

Zazen

Mittagessen / Dōjō

Pause / Kaffee, Tee

Samu

Spaziergang

Zazen / *Mondō*

Abendessen / Dōjō oder Speisesaal

kurze Pause

Zazen / *H. Shingyo - Sampai*

Nachtruhe

Sonntag, 4.6.

06:30 Uhr

07:00 ~ 08:50 Uhr

anschließend

anschließend

10:15 - 11:00 Uhr

11:15 ~ 12:30 Uhr

12:30 - 13:15 Uhr

ca. 13:45 Uhr

15.15 ~ 16.00 Uhr

Wecken

Zazen / Zeremonie

Gen Mai / Dōjō

Pause / Kaffee, Tee

Samu

Zazen / Zeremonie / Foto

Samu / aufräumen

Abschlussessen

(je nach Notwendigkeit Abschluß-Samu im Dōjō)