

Sesshin im Zen-Dōjō Mokushō-Dō Münster

Fr., 19. – So., 21.4.2024, Anreise Do., 18.4.

Leitung: Thomas Kairyū

Donnerstag

19:30 Uhr Anmeldung / Tee
20:15 - 21:45 Uhr Zazen / H. Shingyō
22:15 Uhr Nachtruhe

Freitag

06:30 Uhr Wecken
07:00 ~ 08:50 Uhr Zazen / Zeremonie
anschließend Gen Mai / Dōjō
anschließend Pause / Kaffee, Tee
10:45 - 11:15 Uhr Samu
11:30 - 12:45 Uhr Zazen
13:15 Uhr Mittagessen / Dōjō
anschließend Pause / Kaffee, Tee
15:00 - 16:15 Uhr Samu
16:45 - 18:30 Uhr Zazen
19:00 Uhr Abendessen / Speisesaal
anschließend kurze Pause
20:15 ~ 21:45 Uhr Zazen / H. Shingyo - Sampai
22:15 Uhr Nachtruhe

Samstag

06:30 Uhr Wecken
07:00 ~ 08:50 Uhr Zazen / Zeremonie
anschließend Gen Mai / Dōjō
anschließend Pause / Kaffee, Tee
10:45 - 11:15 Uhr Samu
11:30 - 12:45 Uhr Zazen
13:15 Uhr Mittagessen / Dōjō
anschließend Pause / Kaffee, Tee
15:00 - 16:15 Uhr Samu
16:45 - 18:30 Uhr Zazen / Mondō
19:00 Uhr Abendessen / Speisesaal
anschließend kurze Pause
20:15 ~ 21:45 Uhr Zazen / H. Shingyo – Sampai
22:15 Uhr Nachtruhe

Sonntag

06:30 Uhr Wecken
07:00 - 08:50 Uhr Zazen / Zeremonie
anschließend Gen Mai / Dōjō
anschließend Pause / Kaffee, Tee
10:30 - 11:00 Uhr Samu
11:15 ~ 12:30 Uhr Zazen / Zeremonie
12:30 - 13:00 Uhr Samu / aufräumen
ca. 13:15 Uhr Abschlussessen / Speisesaal
14.15 ~ 15.00 Uhr letztes Abschluß-Samu