

TAGESPLAN ONLINE-SESSHIN

DORIS MYŌEN ZÖLLS

BEGINN: MONTAG, 22.03.

ONLINE	19:20	EINWÄHLEN
	19:30	BEGRÜSSUNG UND EINFÜHRUNG
	20:15	ZAZEN
	20:55	ABSCHLUSS

TAGESABLAUF VOM 23.03., 05:55 UHR BIS 28.03., 07:00 UHR

ONLINE	05:55	EINWÄHLEN
	06:05	TÖNEN
	06:15	ZAZEN
	06:55	REZITATION HERZ-SUTRA UND ABSCHLUSS

OFFLINE	07:00	INTEGRATION DER ZEN-ÜBUNG IN DEN ALLTAG, KINHIN
---------	-------	--

ONLINE	09:50	EINWÄHLEN
	10:00	ZAZEN
	10:30	REZITATION: DAIO KUKUSHI, ÜBER ZEN
	10:35	TEISHO
	11:10	REZITATION: DIE VIER GROSSEN GELÜBDE*

OFFLINE	11:15	INTEGRATION DER ZEN-ÜBUNG IN DEN ALLTAG KINHIN
---------	-------	---

ONLINE	16:00	EINWÄHLEN
	16:15	ZAZEN

OFFLINE	17:00	INTEGRATION DER ZEN-ÜBUNG IN DEN ALLTAG KINHIN
---------	-------	---

ONLINE	19:20	EINWÄHLEN
	19:30	MONDO (BEANTWORTUNG VON INHALTLICHEN FRAGEN DURCH DORIS MYŌEN)
	20:15	ZAZEN
	20:55	ABSCHLUSS

* WER AN DER EINHEIT VON 09:50 – 11:15 AUS FAMILIÄREN ODER BERUFLICHEN GRÜNDEN NICHT TEILNEHMEN KANN, FÜR DEN BESTEHT DIE MÖGLICHKEIT EINER ZUSENDUNG EINES VIDEOS DES TEISHOS