KWAN UM

ZEN SCHULE DEUTSCHLAND
gemeinnützig e.V.

Zen-Tag

09:00	4 Gelöbnisse 108 Niederwerfungen	4 vows bowing
09:30	Eröffnungsrede Sutren-Rezitation	Opening Speech Chanting
10:00	Zen im Sitzen und Gehen (3 x 30 Min)	Zen meditation
12:00	Mittagessen	lunch
14:00	Zen im Sitzen und Gehen (3 x 30 Min)	Dharmatalk
16.00	Dharmarede - Fragen und Antworten	Dharmatalk - Question and Answer
16:30	Kido 4 Gelöbnisse Gesprächskreis	Kido 4 vows Circle talk
17:00	Ende	end