Dharma Sangha

Zen Buddhistisches Zentrum Schwarzwald

Ein anderer Takt - Hybride Praxiswochen im November

mit Tatsudo Nicole Baden Roshi, 06.-26.11.2027

Beispielzeitplan für eine Mönchswoche

Tag 1 Vortrag	Tag 2 Seminar	Tag 3 Vortrag	Tag 4 Arbeitspraxis	Tag 5 Shikunichi
5:00 Wecken	5:00 Wecken	5:00 Wecken	5:00 Wecken	6:00 Wecken
5:15 Han	5:15 Han	5:15 Han	5:15 Han	6:15 Han
5:30 Zazen	5:30 Zazen	5:30 Zazen	5:30 Zazen	6:30 Zazen
6:10 Kinhin	6:10 Kinhin	6:10 Kinhin	6:10 Kinhin	7:15 Sutra-Rezitation
6:20 Zazen	6:20 Zazen	6:20 Zazen	6:20 Zazen	anschl. Arbeitstreffen
7:00 Sutra-Rezitation	7:00 Sutra-Rezitation	7:00 Sutra-Rezitation	7:00 Sutra-Rezitation	9:00 Brunch,
7:45 Studium bis 8:25 Uhr	7:45 Studium bis 8:25 Uhr	7:45 Studium bis 8:25 Uhr	7:45 Studium bis 8:25 Uhr	Lunchpakete packen
8:35 Oryoki Frühstück	8:35 Oryoki Frühstück	8:35 Oryoki Frühstück	8:35 Oryoki Frühstück	
9:20 Pause	9:20 Pause	9:20 Pause	9:20 Pause	
9:35 Arbeitstrommel	9:35 Arbeitstrommel	9:35 Arbeitstrommel	9:35 Arbeitstrommel	
9:45 Arbeitstreffen	9:45 Arbeitstreffen	9:45 Arbeitstreffen	9:45 Arbeitstreffen	
11:50 Arbeitsende	11:50 Arbeitsende	11:50 Arbeitsende	11:50 Arbeitsende	
12:00 Han	12:00 Han	12:00 Han	12:00 Han	
12:15 Zazen	12:15 Zazen	12:15 Zazen	12:15 Zazen	
12:45 Sutra Rezitation	12:45 Sutra Rezitation	12:45 Sutra Rezitation	12:45 Sutra Rezitation	
13:15 Oryoki Mittagessen	13:15 Oryoki Mittagessen	13:15 Oryoki Mittagessen	13:15 Oryoki Mittagessen	
14:00 Pause	14:00 Pause	14:00 Pause	14:00 Pause	
14:50 Han		14:50 Han	14:50 Arbeitstrommel	
15.05 Zazen	15:05 Zazen (HZ)	15.05 Zazen	15:00 Arbeitstreffen	
15:35 Teisho Trommel	15:15 Tee (HZ)	15:35 Teisho Trommel		
15:45 Densho Glocke	15:30 Seminar (HZ)	15:45 Densho Glocke		
16:00 Teisho		16:00 Teisho	16:45 Arbeit Ende	
16:45 Sport / Yoga	16:45 Sport / Yoga	16:45 Sport / Yoga	16:45 Sport / Yoga	
18:00 Densho-Glocke (JH)	18:00 Densho-Glocke (JH)	18:00 Densho-Glocke (JH)	18.00 Densho-Glocke (JH)	
18:15 Rezitation	18:15 Rezitation	18:15 Rezitation	18:15 Rezitation mit	
18:35 Oryoki Abendessen	18:35 Oryoki Abendessen	18:35 Oryoki Abendessen	Abschiedsritual	
19:10 Pause	19:10 Pause	19:10 Pause	18:35 Oryoki Abendessen	18:30 Buffet-Abendessen
19:40 Han	19:40 Han	19:40 Han	19:10 Lazy eve	
19:55 Zazen	19:55 Zazen	19:55 Zazen		
20:25 Intervall	20:25 Intervall	20:25 Intervall		20:15 Han
20:30 Zazen	20:30 Zazen	20:30 Zazen		20:30 Zazen
21:00 Zazen Ende	21:00 Zazen Ende	21:00 Zazen Ende		21:00 Zazen Ende
21:15 Nachtglocke	21:15 Nachtglocke	21:15 Nachtglocke		21:15 Nachtglocke
21:30 Lichter aus	21:30 Lichter aus	21:30 Lichter aus	22:00 Lichter aus	21:30 Lichter aus

Vom Abendzazen bis einschließlich Frühstück schweigen wir. Danke!