



Informationen zum Sommer-Retreat Programm, 18.-24. Juli 2021

mit Zen-Meisterin Gu Ja im Zen Zentrum Berlin

Liebe Freunde im Dharma,

Wir freuen uns, Euch in Berlin oder online zu unserem einwöchigen Zen-Retreat einzuladen, als Teil unseres Sommer-Retreat-Programms 2021.

Die Anzahl der Teilnehmer im Zen Zentrum ist begrenzt und die Anwesenheit erfolgt strikt nach den gültigen Corona-Hygieneverordnungen.

Dieses Retreat-Angebot richtet sich auch an alle, die nur morgens und abends sowie zur Dharmarede am Samstag, 24.7. 10:00 Uhr online teilnehmen können.

Hier sind die Einzelheiten:

Beginn:	Sonntag, 18.7. um 18:30 Uhr	
Ende:	Samstag, 24.7. um 12:00 Uhr	
Bezahlung:	60,- € Mitglieder / Nichtmitglieder	<i>Komplette Online-Praxis</i>
	200,- € Mitglieder inkl. Essen und Übernachtung	<i>Zen Zentrum (begrenzt)</i>
	280,- € Nichtmitglieder inkl. Essen und Übernachtung	<i>"</i>
	100,- € Bewohner im ZZB	<i>"</i>
	30,- € Teilnehmer nur morgens/abends (ohne Interviews)	<i>Online-Praxis</i>

Bank Verbindung:

Kwan Um Zen Schule Deutschland e.V.
IBAN: DE66430609671121792602
BIC: GENODEM1GLS

Paypal: kuzsde@gmail.com
Betreff: Retreat 18.-24. Jul 21

Zoom link: wird nach der Anmeldung bekanntgegeben

Kontakt: Berlin@kwanumzen.de oder +49-30-46605090

Bitte melde Dich an und bezahle im Voraus bis spätestens 9. Juli.

Danke und Hapchang

Euer

Zen Zentrum Berlin | Council Kwan Um School of Zen / Europe



Ablauf Zen-Retreat, Berlin 18.-24. Juli 2021 (vorläufig)

5:00	Aufwachen	<div style="border: 1px solid black; padding: 5px; color: red;">Offen auch für die Teilnehmer, die nur morgens und abends teilnehmen</div>
5:15	Vier Große Gelöbnisse (Deutsch) 108 Niederwerfungen	
5:45	Morgen-Sutra (Rezitation)	
6:15	Zen-Meditation im Sitzen und Gehen (2 x 30 Min, 1 x 15 Min)	
7.45	Frühstück Pause und Arbeitszeit	
10:30	Zen-Meditation im Sitzen und Gehen (3 x 30 Min, 2 x 15 Min)	
13.00	Mittagessen	
15:00	Zen-Meditation im Sitzen und Gehen (3 x 30 Min, 2 x 15 Min)	
17:00	Abendessen Pause	
18:30	Abend-Sutra (Rezitation)	<div style="border: 1px solid black; padding: 5px; color: red;">Offen auch für die Teilnehmer, die nur morgens und abends teilnehmen</div>
19:00	Zen-Meditation im Sitzen und Gehen (3 x 30 Min, 2 x 15 Min)	
21:00	Vier Große Gelöbnisse (Englisch)	
22:00	Stille	

Central European Time CET

Konganinterviews: Montag und Freitag

Dharmarede: Samstag, 24. Juli, 10:00 Uhr (für alle)

Sutrenheft:

Deutsch: http://www.kwanumeurope.org/zc/pix/Wien/sutrenheft_gesamt.pdf

Englisch: <https://kwanumzen.org/resources-collection/2017/9/6/chanting-book>