



Online – Zen Tag

Kwan Um Zen Schule Deutschland e.V. / Hamburg

one-day-retreat

July 26th 2020

Sonntag 26. 07. 2020
mit Arne Schaefer JDPSN

Hauptdharmalehrerin HDT
Sung-Yon Lee

Ablauf

08:30	Einführung zur Online-Praxis 4 Große Gelöbnisse 108 Niederwerfungen	Introduction to online practice 4 Great Vows 108 Bowings
09:00 – 09:50	Zen im Singen Morgengesang Huldigung an die drei Kostbarkeiten Herzsutra Koreanisch Herzsutra Deutsch	Zen in chanting Morning Bell Chanting Homage to 3 Jewels Heart Sutra Korean Heart Sutra German
09:50 – 11:40	Zen im Sitzen und Gehen, 3 x 30 Min. Kong An-Interview	Zen in sitting and walking / Kong An interview
11:45 – 13:45	Mittagessen / Pause	Lunch / Break
13:45 – 14:55	Zen im Sitzen und Gehen, 2 x 30 Min. Kong An-Interview	Zen in sitting and walking Kong An interview
15:00 – 15:45	Dharma-Rede und Austausch	Dharma Talk and exchange
15:45 – 16:15	Zen im Singen Kwan Seum Bosal Herzsutra Deutsch Große Dharani	Zen in chanting Kwan Se Um Bosal Heart Sutra German Great Dharani
	4 Große Gelöbnisse	4 Great Vows
	Abschluß-Gesprächsrunde	Closing circle