

Zendo Stäfa

Zazen-Tag

Programm

10.00	Eintreffen / Austausch
10.15	Rezitation
10.30 – 12.00	Zazen (jeweils 25' mit Kin Hin dazwischen)
12.00	Mittagessen / Intervall (im Schweigen)
13.30 – 14.30	Zazen
14.30	Vortrag
15.00	Intervall (Früchte, Tee im Schweigen)
15.20 – 16.20	Zazen (mit der Möglichkeit zum Einzelgespräch)
16.20	Rezitation / Abschluss
16.30	Schluss



Blumenbeet beim Zendo