

YMJJ z Mistrzem Dharmy Igorem Pinińskim JDPSN Wrocław 12 – 14 maja 2017 r.

Piątek 12 maja 2017 r.

19:00 - Śpiewy wieczorne
19:30 - 2 x 30 min Siedzenie Zen
2 sutry i 4 Wielkie Ślubowania

W trakcie praktyki odbędzie się wprowadzenie do YMJJ dla nowicjuszy.

Sobota 13 maja 2017 r.

05:45 Pobudka
06:00 Pokłony
06:30 Śpiewy poranne
07:15 Odczytanie Reguł Świątyni,
Siedzenie Zen 2 x 30 min. (7:15-7:45; 7:55-8:25)
08:30 Śniadanie
09:15 Praca Zen 45 minut
10:30 Siedzenie Zen 4 x 30 min. (10:30-11:00; 11:10-11:40; 11:50-12:20; 12:30-13:00)
13:10 Obiad
15:00 Siedzenie Zen 3 x 30 min. (15:00-15:30; 15:40-16:10; 16:20-16:50)
17:00 Kolacja
18:30 Śpiewy wieczorne
19:30 Siedzenie Zen 3 x 30 min. (19:30-20:00; 20:10-20:40; 20:50-21:20)
21:20 2 sutry, 4 ślubowania
22:00 Cisza nocna

Niedziela 14 maja 2017 r.

05:45 Pobudka
06:00 Pokłony
06:30 Śpiewy poranne
07:15 Siedzenie Zen 2 x 30 min. (7:15-7:45; 7:55-8:25)
08:30 Śniadanie
09:15 Praca Zen 30 minut
10:00 Siedzenie Zen 4 x 30 min. (10:00-10:30 ; 10:40-11:10 ; 11:20-11:50 ; 12:00-12:30)
12:30 2 Sutry, 4 ślubowania
12:40 Zamykające Koło
13:00 **Mowa Dharmy** – *otwarta dla wszystkich chętnych*
14:30 Obiad nieformalny
16:00 Sprzątanie ośrodka

W trakcie odosobnienia **utrzymujemy milczenie**