

ZEN ÜBUNGSTAGE 2023

Termine: 26.03. / 4.5
sonntags von 14 bis 20 Uhr.

In der vollkommenen
Stille
hört man
die ganze Welt.
Kurt Zucholsky

Ablauf des Übungstages

**14.00 Begrüßung, Einstimmung,
Fragen**

Zazen:

14.30 - 15.00

15.00 - 15.30

15.30 - 16.00

TEE

16.15 - 17.00 Zazen

17.15-18.00 yoga

18.15 - 18.45 Abendessen

19.00 - 19.30 Zazen

Bibelimpuls 19.30-19.40

19.45 Feedback / Austausch

Wir werden im Schweigen den Tag verbringen.

Konzentriert zusammen Tee trinken und essen.

Dazu bringt jede/r etwas Fingerfood mit.

Der Tag findet statt ab 5 Personen.