

Plan dnia sesshin z Yamada Bunryō Rōshi
Sesshin with Yamada Bunryō Rōshi
Daily Schedule, Wrocław 26.08 - 1.09.2004

26.08.2004 (czwartek)

- 14:00 Wprowadzenie (Introduction)
- 14:30 Saiza (Obiad / Mittagessen)
- 15:00 – 17:45 Sarei (Herbata / Tee),
Rozpoczęcie sesshin (Sesshin starts),
Zazen
- 18:00 Yakuseki (Kolacja / Abendessen)
- 19:00 Zazen
- 20:45 Sarei (Herbata / Tee)
Sutry (Sutras)

27 – 31.08.2004 (piątek - wtorek)

- 4:00 Kaijō (Pobudka / Wecken)
- 4:15 Baito (Kwaśna herbata / Sauer Tee)
Sutry (Sutras)
Zazen
- 5:30 Dokusan
- 7:00 Shukuza (Śniadanie / Frühstück)
- 8:00 Samu (Praca / Arbeit)
- 9:15 Zazen
- 9:50 Teishō (Wykład / Vortrag)
- 10:30 Zazen
- 11:00 Taiwa (Rozmowa)
- 12:00 Saiza (Obiad / Mittagessen)
- 13:00 Samu (Praca / Arbeit)
- 14:30 Sutry
- 15:15 Zazen
- 17:30 Yakuseki (Kolacja / Abendessen)
- 18:45 Zazen
- 20:00 Dokusan
- 21:00 Sarei (Herbata / Tee)
Sutry (Sutras)
Yaza (Dobrowolne nocne siedzenie / Nachtsitzen, no obligation)

1.09.2004 (środa)

- 4:00 Kaijō (Pobudka / Wecken)
- 4:15 Sarei (Herbata / Tee)
Sutry (Sutras)
Zazen
- 8:00 Nieformalne śniadanie (Unformal breakfast)
Samu (Sprzątanie po sesshin)