

GRUPPO ZEN UDINE

Via Cormor Alto 218 - 33100 Udine (UD)

3483071667 -gruppozenudine@gmail.it-

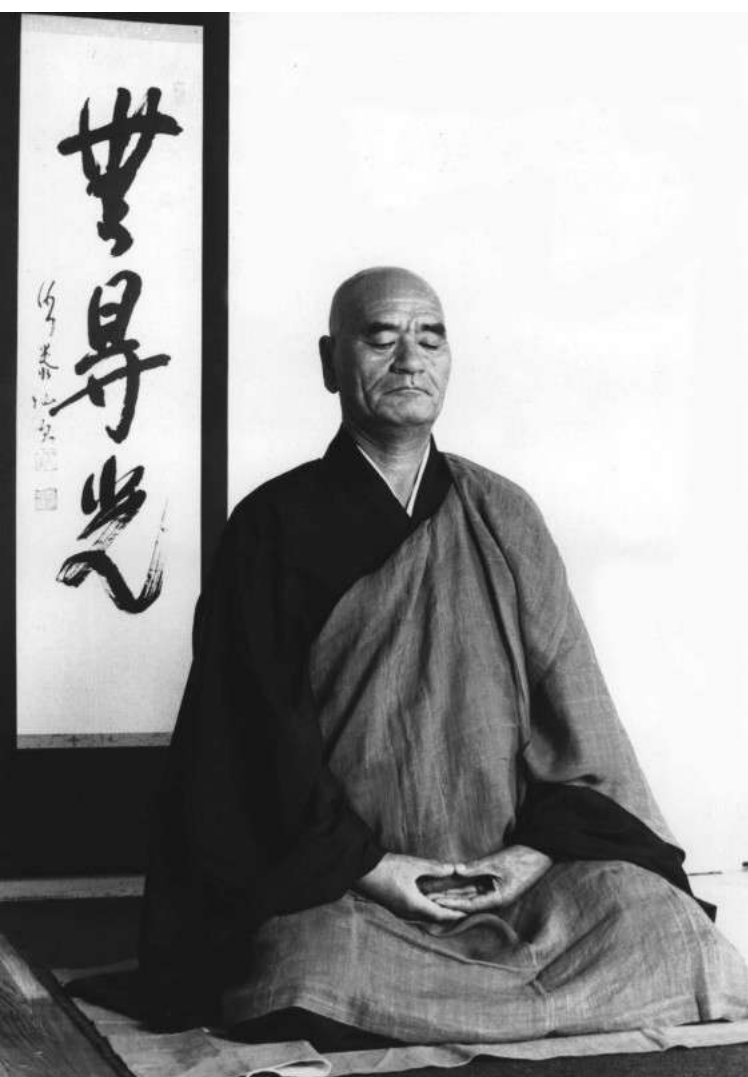


VENERDI 7 DICEMBRE 2018

NOTTE DI ZAZEN

diretta dal monaco: Maurizio Kogyo Florissi

La notte fra il 7 e 8 dicembre, come ogni anno, commemoriamo il Risveglio del Buddha Shakyamuni, un'ottima occasione per approfondire insieme la pratica della meditazione Zen



- h 20,00 ritrovo al Dojo
- h 20,30 Oryoki (pasto formale con recita Sutra)
- h 21,30 Zazen
- h 22,10 Kin-hin
- h 22,20 Zazen
- h 22,50 Pausa (eventuale mondo, domande e risposte)
- h 23,10 Zazen
- h 23,40 Kin-hin
- h 23,45 Zazen
- h 24,15 Cerimonia Shoko (offerta dell'incenso)

A seguire: brindisi finale e saluti

**N.B. Necessaria la prenotazione entro il 05/12.
Portare ciotola, posate, tovaglioli.**

Eventuali apporti di cibo e bevande per il brindisi sono gradite! :)

L'usuale zazen del sabato alle h. 7,00 NON si farà.