

Plan sesshin (Misja Buddyjska)

Piątek

- 17:00 spotkanie organizacyjne
- 18:00 **zazen**
- 19:00 **zazen**
- 20:00 **zazen**
- 21:00 **zazen**
- 21:50 cztery ślubowania Bodhisattwy, Yadza, nocne siedzenie

Sobota

- 2:45 pobudka
- 3:00 **zazen**
- 4:00 **zazen**
- 5:00 **zazen**
- 5:40 choka - poranne ofiarowanie
- 6:30 śniadanie
- 7:00 samu
- 8:00 **zazen**
- 9:00 **teisho**
- 10:00 **zazen**
- 11:00 **zazen**
- 11:30 obiad
- 13:00 **zazen**
- 14:00 **zazen**
- 15:00 **zazen**
- 16:00 **zazen**
- 16:30 wieczorne ofiarowanie
- 17:00 kolacja
- 18:00 **zazen**
- 19:00 **zazen**
- 20:00 cztery ślubowania Bodhisattwy (zakończenie)