

## Online-Zazenkai

### Ablauf/Schedule

SATO Migaku

Sanbo-Zendo Weyarn, 18.4.2021/April 18, 2021

#### <Deutsch/English>

(Jede Sitzeinheit dauert 25 Min.; zwischen den Sitzeinheiten gibt es 10 Min. einschließlich der Kinhin-Zeit / *Every sitting unit is for 25 min.; there are 10 minutes between the sitting units including the kinhin time*)

06.30            **Zazen** (3x ; gemäß dem schon laufenden, täglichen „Solidaritätssitzen“;  
                      der erste Sitz (6.30-6.55) is mit der täglichen Domicilium-Meditation gemeinsam.  
                      */according to the already running „solidarity sitting“; the first sit (6.30-6.55) runs  
                      together with the daily Domicilium-meditation)*

<https://us02web.zoom.us/j/84587550439?pwd=dUd5dUhjSzUrUHRQSG9OOG1iWFdlZz09#success>

ID: 845 8755 0439

Password: 302635

08.00            Frühstück, Pause / *Breakfast, Break*

<ab hier mit dem Zazenkai-ZOOM / *from here with the Zazenkai-ZOOM*>

09.30            Einführung / *Orientation*

09.45            **Zazen** (1x)

10.15            Teisho

ca.\* 11.15        **Zazen** (ca. 2x; **Dokusan** ca. ab 11.25/*from 11.25*)            (*ca.\* = about*)

12.00            Mittagsessen, Pause / *Lunch, Break*

13.15            **Zazen (+Dokusan)**

15.40            Schlussrezitation / *End Recitation*

Der Austausch der Zazenkai-Erfahrungen fällt diesmal wegen Zeitmangels leider aus.  
*/ There will be no sharing of Zazenkai experiences because of shortage of time.*