

	Zeit	Mo	Di	Mi	Do	Fr	Sa	So	Ort*	
KLOSTER PROGRAMM	05.30 - 06.30	MORGEN-ZEREMONIE		TÄGLICH Buddhistische Morgen-Zeremonie: Herz-Sutra-Rezitation und stille Sitz-Meditation						Buddhahalle Gästehaus EG
	07.00 - 07.30	108 VERBEUGUNGEN		TÄGLICH Via CD angeleitete Verbeugungen mit 108 inspirierenden Reflektionen / Kontemplationen						Buddhahalle Gästehaus EG
	14.00 - 14.30	LESUNG: SHANTIDEVAS WEG DES BODHISATTVA		TÄGLICH Lesung von Shantidevas "Weg des Bodhisattvas" [Bodhisattva-Charya-Vatara"]						Buddhahalle Gästehaus EG
	17.00 - 17.30	108 VERBEUGUNGEN		TÄGLICH Via CD angeleitete Verbeugungen mit 108 inspirierenden Reflektionen / Kontemplationen						Buddhahalle Gästehaus EG
	19.00 - 19.30	ABEND-ZEREMONIE		TÄGLICH Buddhistische Abend-Zeremonie: Herz-Sutra-Rezitation und stille Sitz-Meditation						Buddhahalle Gästehaus EG
							Sonntags 09.30 - 11.30h Frage & Antwort Runde Ort: Zen-Raum, 4.OG Sonntags 14.30 - 16.00h Zen-Meditation Ort: Zen-Raum, 4.OG			
ABENDLICHE KLOSTER ANGEBOTE	19.30 - 21.00	Unterricht: Die 37 Bodhisattvaübungen mit Geshe Lobzang	Zen-Meditation Stilles Sitzen & Gehen mit Ehrw. Young-Gong	Mantra-Rezitation Mantra d. Mitgeföhls mit Ehrw. YoungGong	Rezitation: Die 37 Bodhisattvaübungen mit Ehrw. Young-Gong	Raum der Stille Offene Sitzmeditation Ohne Anleitung	Unterricht mit Frage / Antwort mit Ehrw. Young-Gong	Rezitation: Diamant-Sutra & stilles Sitzen mit Ehrw. Young-Gong	Buddhahalle Gästehaus EG	
WEITERE ANGEBOTE	09.00 - 10.00	QiGong am Morgen Geleitetes QiGong Ort: Buddhahalle Zeit: 09.00 - 10.00h	QiGong am Morgen Geleitetes QiGong Ort: Buddhahalle Zeit: 09.00 - 10.00h	QiGong am Morgen Geleitetes QiGong Ort: Buddhahalle Zeit: 09.00 - 10.00h	QiGong am Morgen Geleitetes QiGong Ort: Buddhahalle Zeit: 09.00 - 10.00h	QiGong am Morgen Geleitetes QiGong Ort: Buddhahalle Zeit: 09.00 - 10.00h	QiGong am Morgen Geleitetes QiGong Ort: Buddhahalle Zeit: 09.00 - 10.00h	QiGong am Morgen Geleitetes QiGong Ort: Buddhahalle Zeit: 09.00 - 10.00h	Buddhahalle Gästehaus EG	
	09.00 - 11.30						Klosterspaziergang mit Ehrw. Young-Gong Treffpunkt 09 Uhr vor dem Speisesaal		Siehe Angebot	

* Änderungen von Raum & Zeit werden am Veranstaltungstag auf der weißen Infotafel bekannt gegeben