

### **Tagesablauf Weg der Stille – erster Tag**

10:00	Begrüssung, Einführung anschliessend Zazen
10:45	Vortrag anschliessend Zazen / Einzelgespräche
12:00	Mittagessen im Zen Zentrum Offener Kreis anschliessend Intervall
13:30	Körperübungen oder Spaziergang anschliessend Zazen / Einzelgespräche
15:00	Kontemplation - Dialog anschliessend Zazen
16:30	Intervall
17:00	Agape Feier anschliessend Zazen
18:30	Abendessen im Zen Zentrum Offener Kreis anschliessend Intervall
20:00	Zazen
20:30	Tagesabschluss

### **Tagesablauf Weg der Stille – zweiter Tag**

07:00	Körperübungen Gebet von Bruder Klaus Zazen
08:00	Frühstück individuell
09:30	Zazen

10:45	Vortrag anschliessend Zazen / Einzelgespräche
12:00	Mittagessen im Zen Zentrum Offener Kreis anschliessend Intervall
13:30	Körperübungen oder Spaziergang anschliessend Zazen / Einzelgespräche
15:00	Kontemplation - Dialog anschliessend Zazen
16:30	Intervall
17:00	Agape Feier anschliessend Zazen
18:30	Abendessen im Zen Zentrum Offener Kreis anschliessend Intervall
20:00	Zazen
20:30	Tagesabschluss

### **Tagesablauf Weg der Stille – letzter Tag**

07:00	Körperübungen Gebet von Bruder Klaus Zazen
08:00	Frühstück individuell
09:30	Zazen / Einzelgespräch
10:30	Intervall
10:45	Agapefeier anschliessend Abschlussrund
12:00	Mittagessen im Zen Zentrum Offener Kreis
13:00	Ende der Veranstaltung