

 attività di terra

16 settembre

17 settembre

18 settembre


MEDITAZIONE ZEN


ore 9.00 Presentazione del seminario sulla Meditazione buddista Zen e sulla sua componente meditativa. Si consiglia un abbigliamento comodo per l'inizio dell'attività di meditazione.

ore 10.00 Inizio del primo ciclo di meditazione Zen con il maestro Sung Gyun Cho Sensei;

ore 12.00 Fine del primo ciclo meditativo;

ore 15.30 Inizio del secondo ciclo di meditazione Zen con il maestro Sung Gyun Cho Sensei;

ore 17.00 Fine del secondo ciclo meditativo e chiusura della seconda giornata;

ore 9.00 Presentazione del seminario sulla Meditazione buddista Zen e sulla sua componente meditativa. Si consiglia un abbigliamento comodo per l'inizio dell'attività di meditazione.

ore 10.00 Inizio del primo ciclo di meditazione Zen con il maestro Sung Gyun Cho Sensei;

ore 12.00 Fine del primo ciclo meditativo;

ore 15.30 Inizio del secondo ciclo di meditazione Zen con il maestro Sung Gyun Cho Sensei;

ore 17.00 Fine del secondo ciclo meditativo e chiusura della seconda giornata;