

# Sesshin Rohatsu

Kąciki-Gdańsk, grudzień 2021

## **Sobota wieczór**

19.30 zazen  
20.10 kinhin  
20.20 zazen  
20.50 Cztery Ślubowania  
21.30 sen (nocny dzwon — 7 minut, zaczyna o 21.23)

## **Niedziela — Sobota**

4.50 pobudka  
5.20 zazen (han — 7 minut, zaczyna o 5.13)  
6.00 kinhin  
6.10 zazen  
6.50 posługa, śpiewy  
7.10 śniadanie, odpoczynek  
8.30 samu (han — 7 minut, zaczyna o 8.23)  
09.30 koniec samu (han — 7 minut, zaczyna o 9.23)  
10.00 zazen (dzwon — 09.53)  
10.30 kinhin  
10.40 zazen  
11.10 kinhin  
11.20 zazen  
11.50 kinhin

12.00 zazen  
12.30 posługa, śpiewy  
12.50 obiad, odpoczynek  
14.30 zazen (dzwon — 7 minut, zaczyna o 14.23)  
15.00 kinhin  
15.10 zazen  
15.40 kinhin  
15.50 zazen  
16.20 kinhin  
16.30 zazen  
17.00 posługa, śpiewy  
17.10 kolacja, odpoczynek  
18:30 Mowa  
19.20 kinhin  
19:30 zazen  
20.10 kinhin  
20.20 zazen  
20.55 Cztery Ślubowania  
21.30 sen (nocny dzwon — 7 minut, zaczyna o 21.23)

## **Tylko w sobote**

21.00 Przerwa  
22.00-00.00 Siedzenie nocne