



# Zazenkai de Setmana Santa 29-31 març 2018

Lloc: Casa d'Espiritualitat Sant Felip Neri  
Nena Casas 47 Barcelona FFCC Tres Torres

Amic/a del Zen:

Per participar al Zazenkai has d'omplir la butlleta adjunta i enviar-la al correu següent:

[cursoszenbcn@gmail.com](mailto:cursoszenbcn@gmail.com)

Comença dijous dia 29 a partir de les 9 del matí i acaba amb la celebració de la Pasqua, dissabte al vespre. Com és un Zazenkai pots venir tots o part dels dies sempre i quan ho comuniquis, indicant clarament el dia d'entrada i de sortida i els àpats que faràs.

Et preguem que ens avisis en cas de no poder assistir.

Va dirigit a tots aquells que ja estan iniciats en la meditació Zen.

<b>Preu</b>	
Matrícula diària	10 €
	Pensió 50 €
<b>Total:</b>	<b>60 € diaris</b>

## Dia 29 de març dijous

- Arribada a les 9:00
- 9:00 - 10:15 - Zazen kinhin Zazen
- 10:15 - Teisho
- 11:15 - Samu
- 12:15 - Zazen kinhin Zazen (dokusan)
- 13:30 - Zazen
- 14:00 - Dinar
- Descans
- 16:00 - Zazen kinhin Zazen (dokusan)
- 17:15 - Ioga
- 18:00 - Break
- 18:45 - Zazen Kinhin
- 19:30 - Celebració litúrgica
- 21:00 - Sopar
- 22:00 - Zazen Ceremonia final
- Descans



## Dia 30 divendres

- 7:30 - Ioga
- 8:00 - Zazen – kinhin Zazen Cerimonia
- 9:15 - Esmorzar
- 10:00 - Samu
- 11:00 - Zazen Kinhin
- 11:30 – Teisho
- 12:30 - Zazen kinhin Zazen (dokusan)
- 14:00 - Dinar
- Descans
- 15:30 – Cine Forum “El bosque de luto”
- 17:00 - Forum i Break
- 18:15 - Zazen kinhin Zazen (dokusan)
- 19:30 - Celebració litúrgica
- 21:00 - Sopar
- 22:00 - Zazen Ceremonia final
- Descans

## Dia 31 dissabte

- 7:30 - Yoga
- 8:00 - Zazen – kinhin Zazen Cerimonia
- 9:15 - Esmorzar
- 10:00 - Samu
- 11:00 - Zazen Kinhin
- 11:30 – Teisho
- 12:30 - Zazen kinhin Zazen (dokusan)
- 14:00 - Dinar
- Descans
- 16:00 - Zazen kinhin Zazen (dokusan)
- 17:15 - Break
- 18:00 - Assaig de la litúrgica
- 19:30 - Zazen Kinhin
- 20:30 - Sopar
- 21:00 - Ritual dels 4 elements
- 22:00 - Celebració litúrgica
- Festa de Pasqua.



Les Celebracions són a les 19:30 Dijous Sant i Divendres Sant.  
El Dissabte a les 21:00 i la celebració de la Pasqua a continuació.

Són litúrgies eminentment contemplatives on l'art, la pregària, la música i la poesia de diferents tradicions religioses potencien la nostra experiència cristiana

Informació Pilar Utrilla e-mail [cursoszenbcn@gmail.com](mailto:cursoszenbcn@gmail.com)

Mobil 627550050