

Dojo zen de Lisboa

SEMANA DE DESCOBERTA DO ZEN

14-20 de maio 2022

Sábado

9h45	Receção
10h00 - 10h40	Introdução à prática do zen
11h00 - 12h15	Meditação zen (zazen) e cerimónia
12h20	Chá

Domingo

A receber por mail	Carta de boas-vindas ao dojo zen de Lisboa & Documentação
--------------------	---

Segunda-feira

19h30 - 20h30	Sessão de zazen e <i>teisho</i> (breve conferência)
---------------	---

Terça-feira

(<i>Opcional</i>) 7h15 - 9h00	Sessão de zazen e ritual da refeição (pequeno-almoço tradicional dos templos zen)
A receber por mail	Documentação

Quarta-feira

(<i>Opcional</i>) 7h15 - 9h00	Sessão de zazen e ritual da refeição (pequeno-almoço tradicional dos templos zen)
A receber por mail	Documentação

Quinta-feira

19h30 - 20h30	Sessão de zazen e <i>mondo</i> (perguntas-repostas) Cerimónia para os principiantes
---------------	--

Sexta-feira

(<i>Opcional</i>) 7h15 - 9h00	Sessão de zazen e ritual da refeição (pequeno-almoço tradicional dos templos zen) e entrega de documentação.
---------------------------------	--



Participação financeira: 30 euros

(inclui todas as sessões de zazen durante este mês, de acordo com o horário publicado no site do dojo)

Dojo Zen , Rua Luciano Cordeiro nº 49, CV, 1150 - 2124 Lisboa

**Inscrições: dojozenlisboa@gmail.com / 93 910 41 38
www.dojozenlisboa.com**