



*Московский центр Дзэн*  
*Everyday Zen Experience*

## **Рохацу-2021**

30 ноября, заезд

**Утро, 9:30 – 11:10**

*Dawn, 6:30am – 8:10am UTC*

9:30 дзадзэн

10:00 кинхин

10:10 дзадзэн

10:50 строфа одеяния

10:52 служба (англ.)

**Ужин, 19:00**

**Ночь, 20:15 – 21:05**

*Evening, 5:15pm – 6:05pm UTC*

20:15 дзадзэн

20:50 служба (англ.)

**Класс, 22:30 – 24:00**

*7:30pm – 9:00pm UTC*

Онлайн класс по вторникам, на английском языке.

Изучение очерка Догэна «Удзи» путём чтения и обсуждения «Существо времени» Синсю Робертс (путеводитель практикующего по Удзи Догэна).

**Связь с Инген-дзи и онлайн сангхой:**

- онлайн в комнате Инген-дзи (рекомендуется)



Московский центр Дзэн  
*Everyday Zen Experience*

## Рохацу-2021

1-7 декабря

### Рассвет, 6:30 – 8:10

6:30 дзадзэн  
7:00 кинхин  
7:10 дзадзэн  
7:50 строфа одеяния  
7:52 служба

### Завтрак, 9:00

### Утро, 9:30 – 11:10

*Dawn, 6:30am – 8:10am UTC*

9:30 дзадзэн  
10:00 кинхин  
10:10 дзадзэн  
10:50 строфа одеяния  
10:52 служба (англ.)

### Обед, 13:00

### День, 13:00 – 15:20

*Morning, 10am – 12:20pm UTC*

13:00 дзадзэн  
13:30 кинхин  
13:40 дзадзэн  
14:20 кинхин  
14:30 дзадзэн  
15:10 служба (англ.): Удзи, эко А1

### Вечер, 17:20 – 18:45

17:20 дзадзэн  
17:50 кинхин  
18:00 дзадзэн  
18:30 служба

### Ужин, 19:00

### Ночь, 19:20 – 21:10

*Afternoon and Evening, 4:20pm – 6:05pm UTC*

19:20 дзадзэн  
20:05 кинхин  
20:15 дзадзэн  
20:50 служба (англ.)  
21:05 Прибежища на Пали

### Поздняя ночь, 22:30 – 24:00

*Night, 7:30pm – 9:00pm UTC*

22:30 дзадзэн  
23:10 кинхин  
23:20 дзадзэн  
23:55 Прибежища на Пали

### Связь с Инген-дзи и онлайн сангхой:

- оффлайн (возможна трансляция из Кунсангара)
- онлайн в комнате центра Дзэн (1 и 6 декабря)
- онлайн в комнате Инген-дзи (рекомендуется)
- онлайн в комнате Инген-дзи (по желанию)



Московский центр Дзэн  
*Everyday Zen Experience*

**Рассвет, 6:30 – 8:10**

6:30 дзадзэн  
7:00 кинхин  
7:10 дзадзэн  
7:50 строфа одеяния  
7:52 служба

**Завтрак, 9:00**

**Утро и завершение ритрита, 9:30 – 11:10**

*Dawn, 6:30am – 8:10am UTC*

9:30 дзадзэн  
10:00 кинхин  
10:10 дзадзэн  
10:50 строфа одеяния  
10:52 служба (англ.)

**Обед и уборка зала, 13:00**

**Вечер, 18:00 – 18:45**

18:00 дзадзэн  
18:30 служба

**Ужин, 19:00**

**Ночь, 20:15 – 21:05**

*Evening, 5:15pm – 6:05pm UTC*

20:15 дзадзэн  
20:50 служба (англ.)

# Рохацу-2021

8 и 9 декабря

**Рассвет**

Пакуем вещи, чтобы освободить номер до 11:00.

**Завтрак, 9:00**

**Утро, 9:30 – 11:10**

*Dawn, 6:30am – 8:10am UTC*

9:30 дзадзэн  
10:00 кинхин  
10:10 дзадзэн  
10:50 строфа одеяния  
10:52 служба (англ.)

**Обед и выезд, 13:00**

**Ночь, 20:15 – 21:05**

*Evening, 5:15pm – 6:05pm UTC*

20:15 дзадзэн  
20:50 служба (англ.)

**Связь с Инген-дзи и онлайн сангхой:**

- оффлайн (возможна трансляция из Кунсангара)
- онлайн в комнате центра Дзэн (8 декабря)
- онлайн в комнате Инген-дзи (рекомендуется)
- онлайн в комнате Инген-дзи (по желанию)