

Tagesplan für das Online-Retreat mit Bhante Pasanna

vom 20.03. bis 26.03.2021

Zu folgenden Zeiten finden **Livestreams** mit Bhante Pasanna statt:

Samstag, 20.03.

19.00 – 19.45 Uhr angeleitete Meditation

Sonntag, 21.03., bis Donnerstag, 25.03.

06.00 - 06.40 Uhr angeleitete Meditation

06.45 - 07.15 Uhr Vortrag

08.30 - 09.30 Uhr Persönliche Gespräche

10.00 - 10.40 Uhr stille Meditation

16.00 - 16.40 Uhr stille Meditation

17.00 – 18.00 Uhr persönliche Gespräche

19.00 - 19.40 Uhr angeleitete Meditation

Die restliche Zeit verbringt ihr optimalerweise auch in Achtsamkeit, mit Geh- und Sitzmeditation und ...

Freitag, 26.03.

06.00 - 6.40 Uhr angeleitete Meditation

06.45 - 7.15 Uhr Vortrag

10.00 - 10.40 Uhr Meditation + Verabschiedung

Bhante Pasanna bietet ab dem 21.03. persönliche Gespräche an, in denen ihr eure aktuelle Meditationspraxis besprechen könnt.

Die täglichen Zeiten hierfür sind 8:30 Uhr - 9:30 Uhr und 17:00 Uhr - 18:00 Uhr.

Den Wunsch nach einem Gespräch mailt bitte an: info@buddha-haus.de

Wir bearbeiten ab Samstag, 20. März, eure Gesprächswünsche 1 x täglich um 12.00 Uhr und teilen euch anschließend eine Zeit für das Gespräch mit Bhante Pasanna mit. Zu dieser Zeit nutzt dann bitte denselben **Zoom-Link** wie für die gemeinsamen livestream-Zeiten.