

appuntamenti Vangelo e Zen  
Natale, fine 2015 – inizio 2016

periodo natalizio

- ✘ 14 e 21 dic. (lunedì) 17,30 – 19,00: breve ritiro a Milano nella cappella di S.ta Maria Segreta, Via Bazzoni, MM rossa stazione Conciliazione
- ✘ 19 dic. (sabato): ritiro pre-natalizio a Desio 05,00 – 13,00 - possibile partecipare da 08,30 *profondo silenzio e purificazione del cuore, meditando e ascoltando il Vangelo - eucaristia*
- ✘ 20 dic. (domenica): 16,00 – 20,00 ritiro pre-natalizio a Roma Via Dei Banchi Vecchi 12 (riferimento Rosario 347.4076704)
- ✘ 25 dic. Natale: 09,00 Messa dell'aurora a Muzzano; 11,00 breve ritiro, 11,30 Santa Messa di del giorno (lingua giapponese e italiana), convivio natalizio
- ✘ disposizione di p. Luciano per il sacramento del perdono o breve incontro natalizio: Duomo nei giorni 15, 22, 23 dic. ore 12,30 -15,30; venerdì 18 10,00-13,00 e 14,00-17,00; sabato 19 15,30 – 18,30; giovedì 24 15,00 18,30  
nella Chiesa di San Babila: giorni 15, 17, 22, 23 ore 16,30 – 19,00

fine – inizio anno

- ✘ 29 dicembre, martedì:  
18.00 zazen e preghiera della sera  
19.30 cena  
22.00 pratica conclusiva della giornata
- ✘ 30 dicembre:  
07:00 pratica dello Zazen-ascolto del Vangelo-preghiera di lode.  
08:00 colazione – lavoro  
11,00 zazen, preghiera di mezza giornata  
12:30 pranzo e tempo personale.  
14:30 studio comunitario e personale  
18:00 Zazen – preghiera della sera  
19,30 cena  
22:00 pratica conclusiva della giornata
- ✘ 31 dicembre: giorno di ritiro silenzio e digiuno  
08.00 – 11.00 Zazen di purificazione (4 meditazioni di 40 minuti, intercalati da brevi camminate – possibile riposare una seduta di zazen per una passeggiata silenziosa in giardino)  
11:10 ascolto del Vangelo – 12.00 tempo personale  
13:30: Zazen di ringraziamento (3 meditazioni di 40 minuti intercalate da brevi camminate – possibile riposare una seduta per una passeggiata silenziosa in giardino)  
16:00 ascolto del vangelo e condivisione  
17:00 eucaristia di ringraziamento  
19:00 cena – attorno al fuoco  
ascolto di brani musicali e proiezioni  
23:10 Zazen – 24:00 Vangelo delle beatitudini - preghiera – auguri – brindisi al nuovo anno

*Si raccomanda la prenotazione per il pernottamento. - Possibilmente portare le lenzuola - Portare il Vangelo e libri utili allo studio personale – Chi ha il suo cuscino lo porti – Si chiede un'offerta in forma personale nell'apposita cassetta. Per informazioni p. Luciano 338.1011101*