

100-day Summer KWAN SEUM BOSAL Kido

June 5 - September 4, 2010



Schedule	Program	Napirend	
05.00	Wake up	Budíček	Ébresztő
05.30	108 Bows	108 poklon	108 leborulás
05.50	1000 Eyes and Hands Sutra (repeating the Great Dharani 3x) Kwan Seum Bosal Mantra Korean Heart Sutra	Sútra 10.000 očí a rukou (Velká Dhárání se opakuje 3krát) Kwan Seum Bosal Mantra Korejská sůtra srdce	Ezer szem és kéz szútra (háromszor ismételve a Nagy Dáranit) Kwan Szeum Boszál szútra Koreai szív szútra
6.30 – 7.10	1 x 40 minutes sitting	1 x 40 minut meditace	1 x 40 perc meditáció
7.30	Informal Breakfast	Neformální snídaně	Informális reggeli
8.00 – 9.00	Work period (1 hour)	Práce (1 hodina)	Munka (1 óra)
11.10	1000 Eyes and Hands Sutra (repeating the Great Dharani 3x) Kwan Seum Bosal Mantra	Sútra 10.000 očí a rukou (Velká Dhárání se opakuje 3krát) Kwan Seum Bosal Mantra	Ezer szem és kéz szútra (háromszor ismételve a Nagy Dáranit) Kwan Szeum Boszál szútra
11.40	Rice Offering Rice Offering Text -> 3 bows Homage to the three jewels Korean Heart Sutra	Ceremonie obětování rýže Text ceremonie -> 3 poklony Pocta třem klenotům Korejská sůtra srdce	Ételfelajánlás Ételfelajánlás szövege -> 3 leborulás Tisztelet a Három Legértékesebbnek Koreai Szív Szútra
12.00	Informal Lunch	Neformální oběd	Informális ebéd
13.30 - 17.30	Work (optional, ask housemaster)	Práce (dobrovolná, ptejte se hospodáře)	Munka (választható, kérdezd a házmestert)
18.00	Informal Dinner	Neformální večeře	Informális vacsora
19.30 - 21.00	1000 Eyes and Hands Sutra (repeating the Great Dharani 3x) Kwan Seum Bosal Mantra Evening Bell Chant Regular evening chanting 1 x 30 minutes sitting	Sútra 10.000 očí a rukou (Velká Dhárání se opakuje 3krát) Kwan Seum Bosal Mantra Zpěv večerního zvonu Večerní zpěvy 1 x 30 minut meditace	Ezer szem és kéz szútra (háromszor ismételve a Nagy Dáranit) Kwan Szeum Boszál szútra Esti harangének Szokásos esti énekek 1 x 30 perc meditáció

Midnight Practice (Optional)	Noční praxe (dobrovolná)	Éjféli gyakorlat (választható)	
23.30	Wake up	Budíček	Ébresztő
23.40	108 Bows	108 poklon	108 leborulás
00.00	1000 Eyes and Hands Sutra (repeating the Great Dharani 3x) Kwan Seum Bosal Sutra Korean Heart Sutra	Sútra 10.000 očí a rukou (Velká Dhárání se opakuje 3krát) Kwan Seum Bosal Mantra Korejská sůtra srdce	Ezer szem és kéz szútra (háromszor ismételve a Nagy Dáranit) Kwan Szeum Boszál szútra Koreai szív szútra
01.00	1 x 30 minutes sitting	1 x 30 minut meditace	1 x 30 perc meditáció