



Bilder: Carolina Hutmacher 2018/19

# Matcha Tee-Ritual: Daten 2020

**Cha Zen Ichimi (Sen no Sôtan, 1578-1658) „Tea and Zen taste the same“**

Jeweils am **ersten Sonntag** eines Monats (ausser Januar) bereiten wir im Dojo bei Tagesanbruch eine Schale Matcha-Grüntee, abgerundet durch eine kleine saisonale Nascherei (*wagashi*). Wir lehnen uns dabei an die ursprüngliche Tradition (*kakufukudate wabi-cha*) an, bei der jede Person ihre eigene Schale Tee erhält. Vor dem Tee-Ritual sitzen wir in der Regel **50 Minuten Zazen** oder machen in Stille eine andere Achtsamkeits- und Konzentrationsübung. Das Tee-Ritual im Dojo ist kein Frühstück.

## Daten 2020

Erste Jahreshälfte	Zweite Jahreshälfte
12.01., 07:00 Uhr (Hatsugama = 1. Tee-Ritual)	05.07., 05:00 Uhr (Tanabata = Sternenfest)
02.02., 06:30 Uhr	02.08., 05:30 Uhr
01.03., 06:00 Uhr	06.09., 06:00 Uhr
05.04., 06:00 Uhr (SZ!)	01.10., 20:15 Uhr (Tsukimi = Herbstvollmond)
03.05., 05:00 Uhr	04.10., 06:30 Uhr
07.06. 04:30 Uhr	01.11., 07:00 Uhr (WZ!)
21.06. 04:00 Uhr (Geshi = Sommersonnenwende)	06.12., 07:00 Uhr

**Mitbringen:** Eigene Teeschale (wenn vorhanden); bequeme Kleidung (nicht unbedingt das Karate-Gi).

**Anmeldung:** Jeweils spätestens am Ende des vorangehenden Freitagstrainings (18:30-20:15 Uhr) beim entsprechenden Trainingsleiter oder **Samstag bis 12:00 Uhr per SMS** an Georg Funk (Tel. 079 293 77 07).

**Feedback:** Anregungen zur Feinabstimmung des Anlasses sind jederzeit willkommen!

Organisation:

Coco Hartmann, Dojo-Leiter

Georg Funk, Initiator Cha-no-yu (茶の湯)