

사띠파타나 | 아날랴오 스님과 담마디나 스님과 함께하는 온라인 리트릿 | 2023년 5월 27일 (토요일) - 6월 3일 (토요일)

날짜   서울 시간	27일 토요일	28일 일요일	29일 월요일	30일 화요일	31일 수요일	1일 목요일	2일 금요일	3일 토요일
0:00 am		명상 가이드 1: 해부 (아날랴오 스님)	명상 가이드 2: 요소들 (아날랴오 스님)	명상 가이드 3: 죽음 (아날랴오 스님)	명상 가이드 4: 느낌 (아날랴오 스님)	명상 가이드 5: 마음 (아날랴오 스님)	명상 가이드 6: 장애 (아날랴오 스님)	명상 가이드 7: 깨달음의 요소들 (아날랴오 스님)
4:00 am		명상 가이드 1: 해부 (아날랴오 스님)	명상 가이드 2: 요소들 (아날랴오 스님)	명상 가이드 3: 죽음 (아날랴오 스님)	명상 가이드 4: 느낌 (아날랴오 스님)	명상 가이드 5: 마음 (아날랴오 스님)	명상 가이드 6: 장애 (아날랴오 스님)	명상 가이드 7: 깨달음의 요소들 (아날랴오 스님)
7:00 am		명상 가이드 1: 해부 (아날랴오 스님)	명상 가이드 2: 요소들 (아날랴오 스님)	명상 가이드 3: 죽음 (아날랴오 스님)	명상 가이드 4: 느낌 (아날랴오 스님)	명상 가이드 5: 마음 (아날랴오 스님)	명상 가이드 6: 장애 (아날랴오 스님)	명상 가이드 7: 깨달음의 요소들 (아날랴오 스님)
10:00 am		명상 가이드 1: 해부 (아날랴오 스님)	명상 가이드 2: 요소들 (아날랴오 스님)	명상 가이드 3: 죽음 (아날랴오 스님)	명상 가이드 4: 느낌 (아날랴오 스님)	명상 가이드 5: 마음 (아날랴오 스님)	명상 가이드 6: 장애 (아날랴오 스님)	명상 가이드 7: 깨달음의 요소들 (아날랴오 스님)
3:00 pm		명상 가이드 1: 해부 (아날랴오 스님)	명상 가이드 2: 요소들 (아날랴오 스님)	명상 가이드 3: 죽음 (아날랴오 스님)	명상 가이드 4: 느낌 (아날랴오 스님)	명상 가이드 5: 마음 (아날랴오 스님)	명상 가이드 6: 장애 (아날랴오 스님)	명상 가이드 7: 깨달음의 요소들 (아날랴오 스님)
6:00 pm		명상 가이드 1: 해부 (아날랴오 스님)	명상 가이드 2: 요소들 (아날랴오 스님)	명상 가이드 3: 죽음 (아날랴오 스님)	명상 가이드 4: 느낌 (아날랴오 스님)	명상 가이드 5: 마음 (아날랴오 스님)	명상 가이드 6: 장애 (아날랴오 스님)	명상 가이드 7: 깨달음의 요소들 (아날랴오 스님)
7:00 pm	질의 및 응답 오픈	질의 및 응답 오픈	질의 및 응답 오픈	질의 및 응답 오픈	질의 및 응답 오픈	질의 및 응답 오픈	질의 및 응답 오픈	질의 및 응답 오픈
8:00 - 9:30 pm	인사 (담마디나 스님 & 운영팀)	Q&A (담마디나 스님)	Q&A (담마디나 스님)	Q&A (담마디나 스님)	Q&A (담마디나 스님)	Q&A (담마디나 스님)	Q&A (담마디나 스님)	Q&A (담마디나 스님)
9:30 pm 부터 시청 가능	비디오 1: 해부 (아날랴오 스님)	비디오 2: 요소 (아날랴오 스님)	비디오 3: 죽음 (아날랴오 스님)	비디오 4: 느낌 (아날랴오 스님)	비디오 5: 마음 (아날랴오 스님)	비디오 6: 장애 (아날랴오 스님)	비디오 7: 깨달음의 요소들 (아날랴오 스님)	마무리 (운영팀)
10:15 pm	명상 가이드 1: 해부 (아날랴오 스님)	명상 가이드 2: 요소 (아날랴오 스님)	명상 가이드 3: 죽음 (아날랴오 스님)	명상 가이드 4: 느낌 (아날랴오 스님)	명상 가이드 5: 마음 (아날랴오 스님)	명상 가이드 6: 장애 (아날랴오 스님)	명상 가이드 7: 깨달음의 요소들 (아날랴오 스님)	