

DOJO ZEN NARBONNE

Calendrier : Janvier – février – mars 2019

Chères amies, chers amis,

« (...) puissions-nous exister dans l'eau boueuse avec la pureté de la fleur de Lotus. »

Voici une partie du vœu que nous chantons à la fin du *Gyohatsu Nenju*, le sutra des repas.

Cette fleur de lotus, symbole de pureté et d'éveil qui plonge ses racines dans l'eau boueuse des illusions, c'est aussi ce que nous sommes.



Chacune, chacun est cette fleur de Lotus car nous nous éveillons exactement à partir de cette vie, de chaque événement vécu.

Chaque jour, par la méditation, l'étude du Dharma et l'attention à notre manière d'être nous laissons en nous grandir la fleur de Lotus et chacune de ses qualités rayonner de plus en plus librement : l'équanimité, la bienveillance, la joie, la sagesse, la détermination, l'empathie, le discernement, la concentration, la générosité, l'altruisme, l'humilité, la confiance.

De tout temps ces qualités sont nécessaires, mais combien plus en temps de crise !

Venir au dojo et s'inscrire dans la lignée des êtres d'éveil est loin d'être un acte anodin. Chaque personne y retrouve le pouvoir de créer ce monde de paix et de vérité en soi et autour de soi.

Le dojo est ce lieu où ensemble, nourris par la pratique de chacun, nos vies s'épanouissent réchauffées par la sagesse lumineuse de la pratique de tous.

Je vous souhaite pour cette nouvelle année de vivre chaque jour en harmonie tel un Lotus ouvert et rayonnant, de pouvoir l'actualiser à chaque instant et de partager cela en permettant à chaque personne que nous rencontrons de recevoir ce cadeau d'une vie libre et reliée.

Je me réjouis de partager avec vous ces prochaines occasions d'approfondir la Voie.

Pascal-Olivier Kyosei Reynaud
Narbonne, janvier 2019

DOJO ZEN NARBONNE

Calendrier : Janvier – février – mars 2019

2/2

Janvier	Heure	Évènements	Lieu
Dimanche 06	8:30 / 18 :00	Journée de zazen	Dojo zen de Montpellier
Samedi 12	9 :30	Do-in	5 rue des Thermes, Narbonne
Samedi 19	16 :00 / 23 :00	Présentation du zen Do-in et repas	Dojo zen d'Aix en PCE
Dimanche 20	8 :30 / 18 :00	Journée de zazen	Aix – Bearecueil
Samedi 26	9:30	Yoga	5 rue des Thermes, Narbonne

Février	Heure	Évènements	Lieu
Samedi 02	9:30	Yoga	5 rue des Thermes, Narbonne
Samedi 09	9:30	Do-in	5 rue des Thermes, Narbonne
Dimanche 24	8:30 / 18 :00	Journée de zazen	5 rue des Thermes, Narbonne

Mars	Heure	Évènements	horaire – lieu
Samedi 02	9 :00	Zazen	5 rue des Thermes, Narbonne
	10 :45	Assemblée Générale	5 rue des Thermes, Narbonne
	12 :00	Repas tiré du sac	30 rue Guillaume Bimar, Narbonne
Samedi 09	9:30	Yoga	5 rue des Thermes, Narbonne
Samedi 16	9:30	Do-in	5 rue des Thermes, Narbonne
Dimanche 24	8 :30 / 18 :00	Journée de zazen	Dojo zen Toulon

Groupe zen de Roujan

zazen le vendredi à 21 :00 au 4 rue de la Tuilerie – 34320 Roujan

Contact : Valentine Viale au **07 82 40 63 98**

Retrouver régulièrement nos mises à jour, publications, enseignements, annonces et contact :

<https://meditation-zen-narbonne.fr>

<https://www.facebook.com/narbonnemeditationzen/>

Pour nous écrire : infos@meditation-zen-narbonne.fr