Sesshin de Printemps

zen

du vendredi 12 au dimanche 14 avril 2024

*arrivée le **jeudi 11 avril** à partir de 17h*

Temple Zen du Caroux - Rosis

Sesshin/Retraite avec Ordinations

avec Pascal-Olivier
Kyōsei Reynaud

Tarifs :

adhésion à MZN : 10 €
sesshin complète : 120 €

Merci de remplir et nous envoyer votre inscription avant le 5 avril avec les 50€ d'arrhes afin de simplifier l'organisation de cette retraite.

Annulation possible jusqu'au vendredi 5 avril

*Hébergement en dortoir, à prévoir zafu, zafuton, bol et couverts, draps ou sac de couchage, taies et **vêtements chauds.***

tel : **06 67 39 20 62** | mail : **infos@meditation-zen-narbonne.fr**

Méditation Zen Narbonne - MZN - 30 rue Guillaume Bimar - 11100 Narbonne

https://meditation-zen-narbonne.fr

Bouddhisme Zen Soto

Association Bouddhiste Zen d'Europe

Pratiquer une Sesshin

Pendant les retraites Zen on se consacre à être présent à chaque instant : la méditation assise, les cérémonies, les activités quotidiennes, vivre ensemble. Sesshin signifie « toucher le cœur-esprit ». Être intime avec soi-même, par le corps, le cœur et l'esprit, lâcher l'ego et s'harmoniser avec les autres, la nature, l'ordre cosmique, dans chacun de nos comportements et dans chacune de nos interactions.

Aller à la source

Être libéré de son attachement illusoire en un «Moi» et s'éveiller à ce qui est à chaque instant. La pratique et l'enseignement du Zen dans le dojo deviennent vivants quand ils se concrétisent dans la vie quotidienne vécue dans la présence harmonieuse.

Lors d'une sesshin on vit en toute circonstance éveillé et attentionné, dans la conscience des interactions et dévoué au bien-être et bénéfice de tous. Selon l'enseignement de Maître Dōgen, la méditation Zen n'est pas une technique parmi d'autres mais la pratique d'Éveil source de toutes les autres pratiques. Elle se réalise dans la simplicité et le dépouillement : seulement s'asseoir (shikantaza) avec un esprit qui ne s'attache à rien (hishiryô), sans avidité ni rejet (mushotoku). C'est la réalisation du corps-coeur-esprit déposé, source de paix et de bonheur véritable.

Temple Zen du Caroux - Yujo Nyusanji

Route du Hameau de Douch, 34610 Rosis

Site Internet : https://www.zen-temple.earth/ - **Plus code Googlemap :** JX7J+X8 Rosis

---

INSCRIPTION (avant le 5 avril) par courrier ou mail
l'inscription est validée à réception des 50 € d'arrhes

Tarifs

10 € adhésion annuelle à Méditation Zen Narbonne si pas encore membre
Inscription avant le vendredi 5 avril 2024 : 120 € - après cette date : 130€ - Sesshin complète
Joindre un chèque de 50 € d'arrhes à l'ordre de MZN, ou par virement, le solde sur place.

IBAN (International Bank Account Number)		*BIC (Bank Identification Code)*		
FR76 1660 7000 4204 2198 1375 635		*CCBPFRPPPPG*		
Code Banque	*Code Guichet*	*N° du compte*	*Clé RIB*	*Domiciliation/ Paying Bank*
16607	*00042*	*04219813756*	*35*	*BPS NARBONNE ST CRESCENT*

Contacts

tel : 06 67 39 20 62 - mail : infos@meditation-zen-narbonne.fr
courrier à : Méditation Zen Narbonne – 30 rue Guillaume BIMAR, 11100 Narbonne

---

INSCRIPTION à retourner à Méditation Zen Narbonne avant le vendredi 5 avril 2024

DATE : ..... NOM : ..... Prénom : ....

☐ Inscription pour toute la sesshin arrivée jeudi soir à ..... h

☐ Sinon arrivée le ..... vers ..... h départ le ..... vers..... h

Cocher si ordonné : Moine ☐ Nonne ☐ Bodhisattva ☐ Du dojo .....

Je règle les 50 € d'arrhes par chèque ☐ par virement ☐

☐ Je demande l'ordination : contacter P-O Kyosei Reynaud au 06 67 39 20 62

Adresse :.....

Code postal : ..... Ville : ..... Tél : .....

E-mail : .....

Méditation Zen Narbonne – 30 rue Guillaume BIMAR, 11100 Narbonne – 06 67 39 20 62

https://meditation-zen-narbonne.fr