

Association Zen – Voie du Cœur

Sesshin avec Michel Genko Roshi 10-13 novembre

Jeudi 18h30-dimanche 14h30

**Centre Dana – 22, avenue Pasteur 93100 Montreuil – 22, avenue
Pasteur 93100 Montreuil**



Sesshin veut dire, « toucher le cœur » – pratiquer zazen et être pratiqué par zazen. C'est en touchant le cœur que nous réalisons qu'il n'y a aucun vide à combler, que rien ne manque, que tout est déjà là. Le *sesshin* est une invitation à restaurer en nous la joie du vivant et à la déployer à travers notre existence toute entière – à nous tourner vers autrui dans la communication et l'action.

Durant cette retraite, nous méditerons 8h par jour et un enseignement sera donné quotidiennement en fin de matinée ; il sera également possible d'avoir des entretiens individuels avec l'enseignant.

Coût : 160 € (130€ pour les personnes résidant à l'extérieur du centre)

Inscriptions : zenvoieducoeur@gmail.com

Merci de nous contacter à cette adresse ou d'appeler Philippe au 06 20 15 58 00 en cas de difficulté financière.