

# Association Zen – Voie du Cœur

**Sesshin avec Michel Genko Roshi 19-21 novembre**

**Vendredi 14h30-dimanche 18h**

**[Dana Zen Center](#) – 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 le silence, la communication et l'action.

Durant cette courte retraite, nous prévoyons 5h de zazen le vendredi, 8h samedi et 6h dimanche ; un enseignement sera donné samedi et dimanche matin. Il sera également possible d'avoir un entretien individuels avec l'enseignant.

**Coût : 110 € (90€ pour les personnes résidant à l'extérieur du centre)**

**Inscriptions : [zenvoieducoeur@gmail.com](mailto: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.**