

Association Zen – Voie du Cœur

Sesshin avec Michel Genko Roshi – 26-29 mai

Vendredi 26 mai, 18h - lundi 29 mai, 14h

[Centre Dana](#) – 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 2h de zazen le vendredi, 8h samedi & dimanche, 4h lundi. Un enseignement sera donné samedi dimanche et lundi matin. Il sera également possible d’avoir un entretien individuels avec l’enseignant.

Dimanche 28 mai, nous préparerons et partagerons un repas festif avec des familles réfugiées, en situation de précarité, hébergées par la Fondation de l’Armée du Salut.

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.