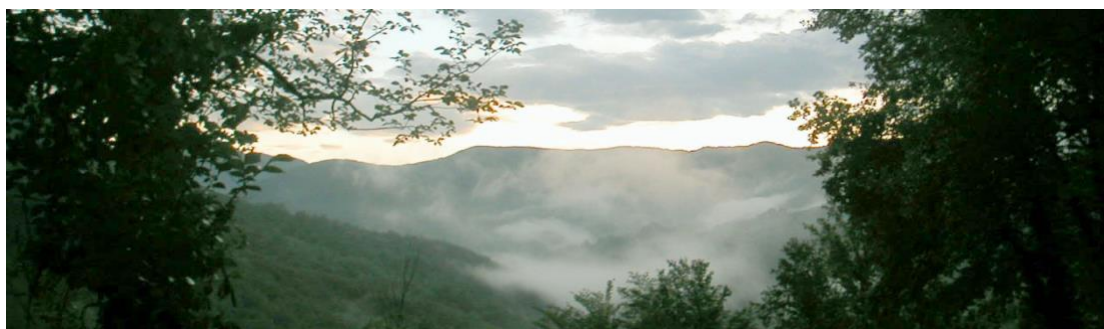


Sesshin dans les Pyrénées

Avec Michel Genko Dubois Roshi 24-30 août 2023 (départ le 31 août)

Les Gavatxes, près du village de Beget, Réserve naturelle d'Alta Garrotxa, Catalogne



Sesshin veut dire, « toucher le cœur » – sentir son cœur, pratiquer zazen et être pratiqué par zazen. C'est en pénétrant et en ouvrant le Cœur-conscience que nous réalisons que rien ne manque, que tout est déjà là. En ces temps de guerre, d'incertitudes et de replis identitaires, le *sesshin* est une invitation à dévoiler l'espace sans limites au centre de l'être – omniprésent – et à devenir soi-même la paix. Une invitation à restaurer la joie du vivant et à la déployer à travers notre existence toute entière – à mettre l'amour en action. Dans ce lieu où nous attendent les montagnes, les arbres, les ruisseaux, les pierres déjà en méditation, l'accent sera mis sur l'assise et la pratique continue – la non séparation entre l'assise et les composantes de la vie quotidienne : le travail, les relations et la communication.

Le sesshin comprendra chaque jour 8h de zazen – méditation assise, un enseignement quotidien (*teishô*), des entretiens et des périodes de travail en pleine conscience. Il sera également possible d'avoir des entretiens individuels avec l'enseignant.

Michel Genko Dubois est un enseignant bouddhiste formé dans la tradition Zen de la lignée de Taizan Maezumi Rôshi, fondateur du Centre Zen de Los Angeles. Il a reçu la transmission du Dharma (Shiho) de Genpo Roshi et le sceau final de la transmission (Inka) de Bernie Tetsugen Glassman. Il est aumônier de prison Membre du Zen Peacemaker et cofondateur de l'association humanitaire, « l'Un Est l'Autre », qui distribue des repas à Paris à des réfugiés et des personnes en situation de grande précarité.

Dates de la Retraite : La retraite commencera le jeudi 24 août à 18h et se terminera le jeudi 31 août après déjeuner. Le nombre de participants est limité à 15.

Prix de la Retraite : 370€– repas et logement inclus. **Merci de nous contacter à zenvoieduceur@gmail.com ou d'appeler Philippe au 06 20 15 58 00 en cas de difficulté financière.**

Les Gavatxes est un lieu de silence et de recueillement, situé dans la réserve naturelle d'Alta Garrotxa à proximité du village de Beget dans les Pyrénées espagnoles.

Transports en commun : On peut se rendre en bus de Gérone ou de Barcelone à Castellfollit de la Roca. Une voiture viendra, sur demande, prendre les participants à Castellfollit de la Roca.

Renseignements Les Gavatxes : <https://lesgavatxes.es>
tostphenbushell@hotmail.com- Tel. : 00 34 972 19 20 22

Renseignements / Inscription zenvoieduceur@gmail.com

<https://zen-voieduceur.org/> <https://zenpeacemakers.org/> <https://www.lesgavatxes.es/?lang=en>