

# Association Zen – Voie du Cœur

**Sesshin du Nouvel An dirigé par Michel Genko Dubois  
Du 26 décembre 2020(18h) au 1<sup>er</sup> janvier 2021(13h)**

**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 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.

***Le 31 décembre et le 1er janvier, nous prendrons part à la préparation et à la distribution du repas du Nouvel An pour des réfugiés et des personnes en situation de précarité.***

**Coût – participants hébergés au Centre Dana : 270€. Autrement : 200€.**

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

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

**Tel: +33 20 15 58 00**