

Association Zen – Voie du Cœur

Sesshin du Nouvel An avec Michel Genko Dubois
Du 26 décembre 2022, 18h au 1^{er} janvier 2023, 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 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, nous prendrons part à la préparation et à la distribution d'un repas festif pour des réfugiés et des personnes en situation de précarité.

Coût – participants hébergés au Centre Dana : 320€. Autrement : 250€.

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