|  |  |
| --- | --- |
| **Sesshin**Séminaire de Zenau Dôjo Yokai98 Bd Batignolles 75017  **Paris**5 et 6 Septembre 2020Organisé par :**TenChiJin-Zen-Kai Paris**33 rue Censier 75005 ParisT. 06 03 61 06 03tcj-zenkai@orange.frwww.TenChiJin-Zen-Kai.fr | VfWpkS7d5DF9wzJcGLTIU0xmHfem300gJgfDauKmgOo_2.jpg |

En cette année particulière, Hirano Rôshi a demandé à Essan-Jôun Jocelyne de le remplacer pour diriger les prochaines Sesshin de France et de Suisse.

Jocelyne partage bénévolement sa pratique avec vous.

Le montant de cette Sesshin sera intégralement utilisé pour les frais d’organisation et le reste en don pour Hirano Rôshi.

Cette pratique du Zen est destinée à toutes personnes aussi bien débutantes que confirmées.

Un accompagnement et initiation seront donnés en début et en cour de séance.

*« Le Zen est un tout, une attitude de vie dans la bienveillance envers tous les êtres, l’entraînement se fait par Zazen, assis en silence dans la vacuité de l’instant présent, tout en restant attentif à tous les points de votre posture et de votre respiration ; ainsi le corps et l’esprit ne font qu’un, relié à l’Univers tout entier, c’est Shikantaza… »*

Les enseignements (*kusen)* nous plongeront dans les arcanes du Shôbôgenzo écrit par Dôgen Zenji fondateur du Zen *Sôtô* au XIII ème siècle

**Conseils pratiques :**

* Respecter le silence et la bienveillance dans tous les espaces du Dôjô.
* Toutes les mesures sanitaires et de distanciation physique devrons être respectées, des masques et gel désinfectant seront à votre disposition.
* Changer de vêtement au vestiaire.
* Porter une tenue souple et ample de couleur sombre de type *samué* et des chaussette blanches.
* Apporter votre *Zafu* (coussin).
* 1 carnet pour vos prises de notes.
* Arriver impérativement 15 mn avant les heures indiquées, les portes étant fermées pendant la pratique
* En fin de pratique un temps de questions-réponses *(mondo*) sera partagé autour d’un Thé
* Possibilité de dormir au Dôjô, merci de nous en informer lors de votre inscription, (25 € la nuit).

Dédicace du Livre ‘*’Hirano Rôshi , Enseignements*‘’ pendant tout le temps de la Sesshin.

Si vous souhaitez un *Dokusan* (entretient personnel), merci de vous inscrire à l’avance.

|  |
| --- |
| **Bulletin D’inscription**A retourner avec votre règlement à : TenChiJin-Zenkai,, J. Derudder, 33 rue Censier, 75005 Paris |
| **Jours** | **Horaires** | **Prix** | **Vos options** |
| Samedi 5 | 8h à 17h | 35 € |  |
| Dimanche 6 | 8h à 12 | 20 € |  |
| Demi/journée Samedi et Dimanche | 8h à 12h – 14h à 17h | 20 € |  |
| Moins de 20 ans séance découverte ½ journée |  | gratuit |  |
| Nuit au Dôjô Vendredi et Samedi soir |  | 25 € |  |
|  |  |  | **Votre Total** |
| Nom Prénom :Adresse :Adresse Mail : Tel :  |
| Votre règlement confirme votre inscription, pour tous renseignements ou remarques contacter Jocelyne DerudderEn cas d’annulation de notre part, vous serez intégralement remboursé. |

|  |
| --- |
| **Horaires et lieux de pratique**  |
| Samedi 17 | 8h à 17 h | Dôjo Yokai, 98 Bd Batignolles 75017 Métro Villiers Ligne 2 |
| Dimanche 18 | 8h à 12 h | Dôjo Yokai, 98 Bd Batignolles 75017 |
| Samedi  | 8/12h - 14/17h | Dôjo Yokai, 98 Bd Batignolles 75017 |