|  |  |
| --- | --- |
| **Sesshin**  Séminaire de Zen  dirigé par **Hirano Katsufumi Rôshi**  Maître Zen Sôtô nous venant du Japon  à  **Paris**  21 au 25 Juin 2019  Organisé par :  **TenChiJin-Zen-Kai Paris**  33 rue Censier 75005 Paris  T. 06 03 61 06 03  tcj-zenkai@orange.fr  www.TenChiJin-Zen-Kai.fr | VfWpkS7d5DF9wzJcGLTIU0xmHfem300gJgfDauKmgOo_2.jpg |

Cette Sesshin est destinée à toutes personnes aussi bien débutantes que confirmées

Une initiation et accompagnement seront donnés en cour et en début 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 notre posture et de notre respiration ; ainsi le corps et l’esprit ne font qu’un, relié à l’Univers tout entier, c’est Shikantaza… »*

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

La traduction sera assurée simultanément du Japonais en Français

**Conseils pratiques :**

* Respecter le silence dans la bienveillance dans tous les espaces du Dôjô
* Porter une tenue souple et ample de couleur sombre de type *samué*
* 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*) autour d’un Thé sera partagé avec Hirano Rôshi
* Les Samedi et Dimanche midi, un *Bento* (plateau repas) végétalien vous sera servi
* Possibilité de dormir au Dôjô, merci de nous en informer lors de votre inscription

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Bulletin D’inscription**  A retourner avec votre règlement à : TenChiJin-Zenkai,, J. Derudder, 33 rue Censier, 75005 Paris | | | |
| **Jours** | **Horaires** | **Prix** | **Vos options** |
| Vendredi 21 | 18h à 20h | 20 € |  |
| Samedi 22 | 8h à 17h | 95 € avec bento |  |
| Dimanche 23 | 8h à 17h | 95 € avec bento |  |
| Demi/journée Samedi et Dimanche | 8h à 12h – 14h à 17h | 50 € si Bento + 10€ |  |
| Lundi 24 | 7h à 9h | 20 € |  |
| Forfait week-end Vendredi, Samedi, Dimanche, Mardi matin |  | 195 € avec bento |  |
|  |  |  | **Votre Total** |
| Nom Prénom :  Adresse :  Adresse Mail : Tel : | | | |
| Votre règlement confirme votre inscription, pour tous renseignements contacter Jocelyne Derudder  En cas d’annulation de notre part, vous serez intégralement remboursé | | | |

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Horaires et lieux de pratique** | | |
| Vendredi 21 | 18h à 20h | Dôjo Yokai, 98 Bd Batignolles 75017, Métro Villiers Ligne 2 |
| Samedi 22 | 8h à 17 h | Dôjo Yokai, 98 Bd Batignolles 75017 |
| Dimanche 23 | 8h à 17h | Dôjo Yokai, 98 Bd Batignolles 75017 |
| Samedi /Dimanche | 8/12h - 14/17h | Dôjo Yokai, 98 Bd Batignolles 75017 |
| Lundi 23 | 7h à 9h | TCJZK, 33 rue Censier 75005, Métro Censier Daubenton ligne 7 |