

ZEN

**Sesshin
des Cévennes
du 25 au 27
septembre 2009**

Dirigée par Maître Roland Yuno Rech

Organisée par les dojos d'Alès et Montpellier.



Renseignements: Dojo zen d'Alès, Dojo zen de Montpellier
Téléphone: 04 66 52 35 88

Membre de l'Association Zen Internationale – Fondateur Maître Taisen Deshimaru

Pratiquer une sesshin

Depuis l'époque du Bouddha Shakyamuni, les sesshins sont le cœur du zen. Il s'agit d'une période consacrée à la pratique intensive de zazen, entrecoupée de mondos (question-réponse avec le maître), samu (travail manuel) et les repas.

Sesshin veut dire «toucher l'esprit véritable», devenir intime avec soi-même, avec son propre corps et son esprit, abandonner son égoïsme et s'harmoniser avec les autres, la nature, l'ordre cosmique.

L'action de tous les Bouddhas est réalisée non seulement à travers zazen, mais aussi dans tout comportement, dans chacune des actions de la vie quotidienne. Pendant une sesshin, chaque action est la continuation de zazen. Zazen, le travail, les repas, le sommeil, sont l'anneau de la voie (dokan), sans début ni fin. Le zen consiste à se concentrer sur chaque action avec intensité, à vivre pleinement le présent. En participant aux sesshins, la pratique du zen peut être réalisée dans la vie de tous les jours. En se concentrant point après point, notre vie forme une ligne harmonieuse. Le zen est l'enseignement de l'éternité qui n'est autre que la succession d'instant.

L'enseignement

Il sera donné par Maître Roland Yuno Rech, moine zen, proche disciple de Maître Taisen Deshimaru. Il a reçu la transmission du Dharma (shiho) de Maître Niwa Zenji, supérieur du temple zen de Eihei-ji en 1984. Il enseigne toute l'année à Nice et à l'occasion de nombreuses sesshins en France et en Europe. Il est vice-président de l'Association Zen Internationale.

Inscription à la sesshin

- Par téléphone sur le répondeur au 04 66 52 35 88.
- En renvoyant le bulletin ci-dessous.

Le lieu: Communauté de l'Arche
Le hameau de La Fleyssière,
34650 Joncels Tél. : 04.67.44.40.90

Accès

Par train

Descendre à Montpellier (prévenir le dojo de Montpellier à ce numéro pour le co-voiturage: 06 67 39 20 62).

En voiture

Carte Michelin 83, plis 4 et 5.

Par Bédarieux: D35 Lunas, puis D138 Joncels-Joncelet. Sur le plateau, à droite, suivre « La Fleyssière. »

Par Lodève: prendre la D 35 direction Lunas ; au col prendre à droite la D142 ; puis la 2ème à gauche la D 138 ; puis la 2ème à gauche => La Fleyssière.

A savoir

— La sesshin dure deux jours et demi.

L'arrivée est prévue le jeudi 24 septembre, le repas sera servi à 20h30. Départ le dimanche 27 septembre dans l'après-midi.

— Les frais de participations s'élèvent à 85 euros, 70 euros pour les étudiants et les chômeurs (location de draps comprise).

— Pour la pratique de zazen, une tenue confortable et de couleur sombre est recommandée.

— Apportez un zafu (coussin de méditation) et un zafuton.

— N'oubliez pas un bol et une serviette pour les repas.

Bulletin d'inscription

A envoyer impérativement au Dojo Zen d'Alès,
6 rue Beauteville 30100 Alès

Nom Prénom Si ordonné Moine Nonne Bodhisattva

Adresse

Code postal Ville

Téléphone E-mail

Paiement ou arrhes par chèque à l'ordre de «l'Association Zen d'Alès»