



ASSOCIATION S'ASSEOIR

INTRODUCTION À LA MÉDITATION
DANS L'ESPRIT DU ZEN

par Bernard DUREL, dominicain

Samedi 1^{er} Octobre de 9h 30 à 17 heures
et dimanche 2 octobre de 10h à 16 heures

Paroisse de la Très Sainte Trinité, 18 rue de Boston, Strasbourg



Méditer, pourquoi ? comment ? Par un enseignement dans la lignée de K. Dürckheim et des temps de pratique, Bernard Durel présentera la méditation dans l'esprit du zen. Des journées ouvertes à toute personne désireuse d'entrer sur ce chemin de silence et d'attention.

Le samedi est plus spécialement ouvert aux débutants.

Apporter, si possible, un coussin ou un tabouret, ainsi que votre pique-nique pour le déjeuner. Des boissons chaudes seront prévues sur place.

Frais : 15 € par jour (location de la salle et animation)

Contact et inscription : Françoise VINEL

06 87 00 62 74

francoisevinel@wanadoo.fr

*L'importance de la vie et de la mort est grande.
Bientôt arrivera le passage, et ce jour a une très grande valeur.
Le temps n'attend personne, que chacun le sache !
Soyez consciencieux, ne glissez pas dans l'indolence.
(inscription à la porte des monastères)*