LE DIMANCHE MATIN · 2027

Les Matinées méditatives

朝の坐禅 Zazen et kinhin, assise silencieuse et marche consciente

Enseignement : Rév. Jean-Marc Kukan Delom, moine zen et Kyōshi de l'école Sōtō

坐禅

21 mars

18 avril

6 juin

DÉROULÉ

Chaque dimanche, à partir de 7 h

Le dimanche

7 h 00 · Zazen
8 h 00 · Cérémonie du matin
8 h 30 · Petit-déjeuner
9 h 15 · Café, thé
10 h 00 · Zazen
11 h 40 · Cérémonie de midi

La veille au soir

Logement possible les samedis 20 mars, 17 avril et 5 juin
Arrivée dès 18 h
Places limitées

À prévoir

Tenue sombre et chaude, zafu, zafuton
Bol, serviettes, couverts
Draps 90 cm si logement
Prêt de matériel possible

LIEU

BODAIJU sangha

Ermitage Bodaiju-in
6 Nantilly
37320 Esvres-sur-Indre

PARTICIPATION

Libre, sous forme de don
Débutants bienvenus

INSCRIPTION

bodaiju.fr
06 30 27 02 82