



Sesshin des rossignols




Organisée par le dojo zen de Chalon sur Saône
du 9 au 11 juin 2023



Dirigée par le maître
zen Marc Chigen
Estéban

Sesshin organisée par le dojo Ji San de Chalon sur Saône

Membre de l'Association Bouddhiste Zen d'Europe et membre de l'Association Zen Internationale –Fondateur Maître T. Deshimaru

 Doio Zen Chalon

Arrivée le jeudi 8 juin dans l'après midi.

Lieu de la sesshin : L'abergement de Burzy 71 640 Saint Gengoux le National

Pour tout renseignement :

e-mail : dojozen.chalon71@orange.fr Tél : 09 72 91 19 82

Pratiquer une sesshin

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

Sesshin veut dire "toucher l'esprit véritable" ; corps et esprit en unité, devenir intime avec soi-même dans la réalité de l'instant, abandonner son égoïsme et s'harmoniser avec les autres, la nature, l'ordre cosmique.

Le zen consiste à se concentrer sur chaque chose instant après instant, à vivre pleinement le présent. Ainsi, chaque action telle que le travail, les repas, le sommeil est la continuation de zazen; c'est l'expression de l'anneau de la voie (dokan), sans début ni fin.

L'enseignement

Il sera donné par Marc Chigen Estéban, moine zen, disciple de Maître Roland Yuno Rech.

Il a rencontré en 1998 Maître Yuno Rech qui l'a ordonné moine en 2002 et dont il a suivi l'enseignement jusqu'à aujourd'hui. En août 2018, il a reçu la transmission du Dharma (shiho) de son Maître au temple zen de La Gendronnière

Il enseigne tout au long de l'année au dojo Ji San de Chalon Sur Saône.



Bulletin d'inscription à envoyer à Dojo Zen de Chalon, 11 rue des Lancharre, 71 100 Chalon-sur-Saône

Nom :Prénom :Dojo de :

Adresse :

Email :Tél :

Jour d'arrivée :Heure d'arrivée :

Etes vous ordonné ? : Non Oui Si oui : Bodhisattva Nonne Moine

Inscription à la sesshin

- Par téléphone au 09 72 91 19 82 (répondeur)
- Par email : dojozen.chalon71@orange.fr
- En renvoyant le bulletin ci-dessous au dojo.

Lieu de la sesshin :

L'abergement de Burzy
71460 St Gengoux le National

A savoir

La sesshin entière dure 2 jours et demi. Arrivée prévue le jeudi 8 juin, dîner vers 20h30. Départ le dimanche 11 juin après le repas de midi.

Frais de participation : 110 € tarif réduit pour étudiants et chômeurs.

Pour la pratique de zazen, une tenue confortable et de couleur sombre est recommandée. Apporter draps et taie d'oreiller (location possible sur place) ou sac de couchage.

Apporter un zafu (coussin de méditation) et un zafuton. N'oubliez pas un bol et une serviette pour les repas.

Ceux qui arrivent par le train peuvent :

Arriver à Chalon et prendre la correspondance du car SNCF jusqu'à SAINT GENGOUX LE NATIONAL (descendre au terminus, prévenir avant pour que l'on vienne vous chercher).

Pour ceux qui arrivent en voiture :

Si vous venez de la direction de Paris par l'autoroute : sortie CHALON-SUD, direction Le Creusot, puis très vite prendre à droite direction Buxy. A Buxy, suivre St GENGOUX le NATIONAL.

A St GENGOUX le NATIONAL : suivre direction JONCY. Après le lieu-dit « LA GRENOUILLE », tournez à gauche pour BURZY. Dans BURZY, direction SAINT YTHAIRE, prendre ensuite la deuxième route à gauche vers L'ABERGEMENT.