

Les ateliers de Kōsetsu-ji

stage d'été du 2 au 7 juillet 2024

Pendant ces cinq jours d'atelier, vous pourrez goûter à la pratique du bouddhisme zen à travers les diverses activités proposées.

Chaque matin vous aurez la possibilité de :

Vous asseoir comme un Bouddha, « zazen, posture d'éveil »

Bénéficier des enseignements du Maître zen Jikō Simone Wolf, abbesse du temple

Prendre les repas selon le rituel pratiqué dans tous les temples zen Sōtō

Les ateliers :

Calligraphie zen avec la calligraphe Inès Dōshin Igelnick, élève de Ung-No Lee.

Techniques artistiques de collage de papier avec l'artiste plasticienne Ulrike Reiren Weiss.

Initiation à la réflexologie avec la nonne Dōkō Magali Holzhauser.

Yoga avec la nonne Jigetsu Elena Ciocca.

Le temple zen de Kōsetsu-ji, situé aux portes de la Vallée de la Brévine, offre un cadre idéal pour la pratique du zen et les activités proposées.

Temple zen de Kōsetsu-ji, Bétod 72, 2414 Le Cerneux-Péquignot

Tél : +41 032 936 10 19 Site: zen-soto.ch - Mail: chx@zen-soto.ch

Accès par les transports publics : par Le Locle, puis car postal 851, arrêt "bifurcation sur Bétod" ; tous les horaires sur www.cff.ch

Hébergement en dortoir.

Veillez amener un sac de couchage, un drap pour protéger le matelas et une taie d'oreiller (à défaut, location sur place : CHF 5.-). Apportez également un vêtement confortable et ample, de couleur sombre, pour la pratique de zazen et des vêtements pour les activités à l'extérieur, un bol et des couverts pour les repas, enveloppés dans un tissu, et des chaussures pour l'intérieur. Les soirées peuvent être fraîches - pensez à un vêtement chaud.

Arrivée le lundi 1er juillet, à partir de 18h. Repas à 19h30. Départ le dimanche 7 juillet, vers midi.

Tarif : Forfait pour le stage complet CHF 480 ou € 495, payable à l'arrivée.

En cas d'annulation, prévenir au moins 48 heures à l'avance, une participation financière vous sera demandée.

Inscription avant le 25 juin 2024 par e-mail à : chx@zen-soto.ch