

A close-up photograph of a garden scene. In the foreground, two vibrant purple flowers with white centers are in focus. Behind them, several yellow flowers are visible, along with various green leaves and stems, some of which are slightly out of focus. The overall atmosphere is bright and natural.

stage d'été

du 16 au 21 août 2022

au Temple zen de Kōsetsu-ji

Pendant ces 6 jours d'ateliers, vous pourrez goûter à la pratique du bouddhisme zen à travers les diverses activités du temple.

Il vous sera proposé de :

- vous asseoir comme un Bouddha : zazen
- pratiquer la vie quotidienne du temple et vous harmoniser : l'activité dans la communauté
- prendre soin de votre corps : Shiatsu et do-in avec la nonne Marie Koshin
Alimentation simple selon les règles de la cuisine de temple

Vous pourrez également découvrir et exprimer votre créativité :

- Création musicale avec Hubert
- Écriture poétique avec Myō On
- Calligraphie et encre de Chine avec la nonne Doshin

Tous les matins, vous pourrez bénéficier des enseignements bouddhiques du maître zen Jikō Simone Wolf, abbesse du temple.

La journée se terminera par un zazen silencieux.

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
www.zen-soto.ch - 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 vos draps et une taie d'oreiller (à défaut, location sur place : CHF 5.-).

Apporter :

- 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
- des chaussures pour l'intérieur
- les soirées peuvent être fraîches - pensez à un vêtement chaud

Arrivée le lundi 15 août août, à partir de 18h. Repas à 19h30.

Départ le dimanche 21 août, vers midi.

Tarif : Forfait pour le stage complet CHF 500.-, payable à l'arrivée

Inscription avant le 9 août 2022 par e-mail à : chx@zen-soto.ch