

Programme

- 2 premiers jours : jeudi 18 et vendredi 19 juillet, arrivée le mercredi 17 avant le dîner de 21h.
- Sesshin du samedi 20 au lundi 22 juillet. Départ lundi vers 16h30 après le samu final qui est très important, merci d'y participer jusqu'à la fin.

Possibilités d'hébergement

- Tente personnelle.
- En dehors du lieu : gîte d'étape, réserver personnellement environ 4-5 semaines à l'avance. Regarder sur internet ou par exemple : Le Souleillou (Montcuq) 05 65 22 48 95 ou 07 61 51 69 41, réservation en ligne : lesouleillou.com. Ou l'hôtel La Barguelonne (Montcuq) : 05 65 31 84 45, hotelbarguelonne@gmail.com, réservation en ligne : labarguelonne.ellohaweb.com

Accès à l'Ermitage

- Train : Gare de Cahors. Prévenir auparavant tél : 06 82 77 86 32.
- Voiture : Autoroute A20 De Paris, prendre la sortie Cahors No57 toutes directions et rejoindre la N20. Suivre toujours la N20 (ne pas rentrer dans Cahors) direction Toulouse. Sortir à droite D653 direction Villeneuve D'Agen, Montcuq. Suivre la D653 sur 22 km et tourner à droite vers St Daunès, avant Montcuq. Rentrer dans St Daunès puis après 200m à gauche direction «Les Guignes Hautes». À environ 4 km prendre le chemin de terre à droite direction « Chemin des Guignes », ou « Les Guignes Hautes ».

Amener : un kimono ou vêtement ample de couleur sombre type jogging. Un zafu, draps et taies d'oreiller pour le gîte. Bol, couverts, serviette. Chaussures et vêtements pour le samu. Lampe de poche.

Ermitage Zen de Mokuonji, Les Guignes Hautes, 46800 SAINT-DAUNÈS

GPS : 44.370575, 1.200238

06 82 77 86 32 ou 06 83 10 51 19 — www.mokuonji.fr — reikozen2@gmail.com

Bulletin individuel de réservation

À retourner avant le **30 juin 2024** à Evelyn de Smedt "Les Guignes Hautes" 46800 SAINT-DAUNÈS LA BARGUELONNE.

Session d'été 2024

Dirigée par Evelyn Reikō de Smedt du jeudi 18 au lundi 22 juillet 2024.

Mme Mlle M. _____ Prénom _____

Adresse _____

Code Postal _____ Ville _____

Tél _____ Email _____

Moyen, date et heure d'arrivée _____

Hebergement Tente personnelle Gîte

Participation par personne : Session complète : 180€ – 2 premiers jours : 90€ – sesshin seulement : 100€.

À régler à l'inscription : 50€, le complément sur place.

Pour les personnes en grandes difficultés financières, possibilité de parler sur place avec le trésorier.

Mode de règlement : France : Espèces Chèque bancaire

Autre pays : Espèces

Attention : chèques de banques françaises uniquement, à l'ordre d'Evelyn de Smedt.



Session d'été

Dirigée par Evelyn Reikō de Smedt

Du jeudi 18 au lundi 22 juillet 2024

Ermitage des Guignes Hautes, dans les Causses du Quercy

06 82 77 86 32 — 06 83 10 51 19 — reikozen2@gmail.com

MOKUONJI 黙音寺

Temple de la mélodie du silence

Association Zen Internationale

Fondateur Maître Deshimaru

Vivre dans la tranquillité, la tradition de la retraite d'été remonte à l'époque du Bouddha Shākyamuni lorsque les disciples se rassemblaient pour pratiquer ensemble.

Durant cette session, la pratique de zazen, samu, les repas, le repos... se succèdent dans avoir besoin d'utiliser sa conscience personnelle. Seulement suivre le déroulement de la journée indiqué par les sons, simplement vivre pleinement chaque instant présent.

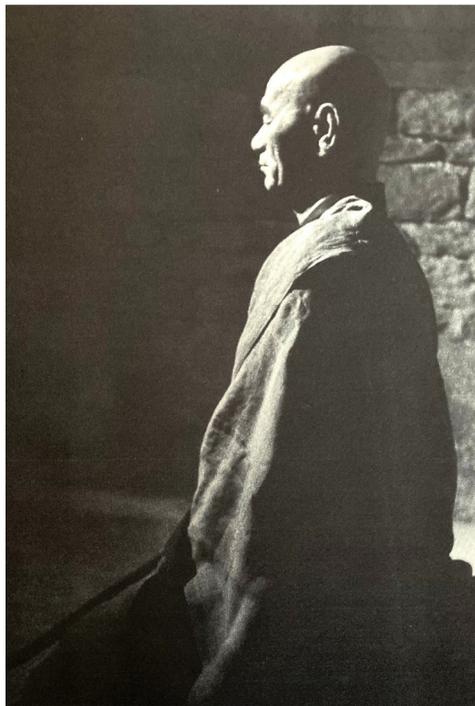
C'est l'occasion pour chacun de se consacrer entièrement à la Voie du Bouddha loin de l'agitation et des préoccupations habituelles.

Après 2 jours de pratique commencera une session de 2 jours et demi durant laquelle l'accent sera mis sur le silence et l'expérience de zazen.

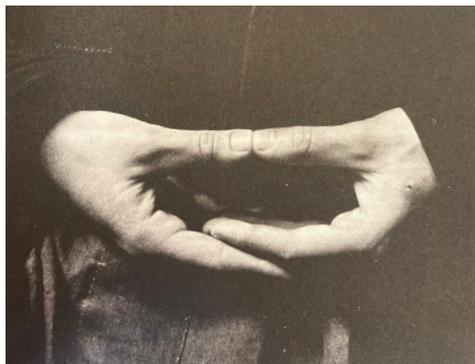
L'Ermitage Zen de Mokuonji, le Temple de la Mélodie du silence, fondé en 2005 par Evelyn Reikō et ses disciples, est situé au cœur du paysage typique du Lot.

Le calme, le dōjō traditionnel, la nourriture simple, variée et naturelle permet à chacun de retrouver l'équilibre et l'harmonie du corps et de l'esprit.

Zazen, l'assise silencieuse est le cœur de la pratique du Zen. C'est la posture d'éveil qui s'est transmise depuis le Bouddha Shākyamuni jusqu'à nos jours.



Maître Taisen Deshimaru (1914-1982)



Mains de Maître Taisen Deshimaru.



Evelyn Reikō de Smedt, nonne zen, elle fut l'une des plus proches disciples de Maître Taisen Deshimaru qui apporta la graine du Zen en Occident.

Depuis le décès de son Maître en 1982, elle transmet son enseignement à travers des ouvrages comme *Zen et Christianisme*, *La lumière du Satori* (ed. Albin Michel), *Les Patriarches du Zen*, *L'Anneau de la Voie* (ed. Le Relié) et durant les sesshin qu'elle dirige, spécialement les 3 sessions annuelles à l'Ermitage de Mokuonji depuis une quinzaine d'années.

