

Scegliete le date e il tipo di alloggio

Per le iscrizioni anteriori al 1 luglio

	Camera	Dormitorio	Prezzo ridotto
1° week-end 15-16/07	<input type="checkbox"/> 90 €	<input type="checkbox"/> 80 €	<input type="checkbox"/> 70 €
Preparazione 15-19/07	<input type="checkbox"/> 220 €	<input type="checkbox"/> 170 €	<input type="checkbox"/> 150 €
Sessione completa 15-23/07	<input type="checkbox"/> 305 €	<input type="checkbox"/> 230 €	<input type="checkbox"/> 215 €
Sesshin 21-23/07	<input type="checkbox"/> 115 €* <input type="checkbox"/> 95 €	<input type="checkbox"/> 95 €	<input type="checkbox"/> 85 €

Iscrizioni tardive

	Camera	Dormitorio	Prezzo ridotto
1° week-end 15-16/07	<input type="checkbox"/> 100 €	<input type="checkbox"/> 90 €	<input type="checkbox"/> 80 €
Preparazione 15-19/07	<input type="checkbox"/> 230 €	<input type="checkbox"/> 180 €	<input type="checkbox"/> 160 €
Sessione completa 15-23/07	<input type="checkbox"/> 315 €	<input type="checkbox"/> 240 €	<input type="checkbox"/> 225 €
Sesshin 21-23/07	<input type="checkbox"/> 125 €* <input type="checkbox"/> 105 €	<input type="checkbox"/> 105 €	<input type="checkbox"/> 95 €

* Se possibile.

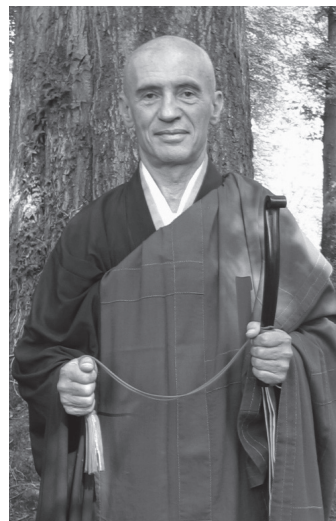
Per il buon svolgimento del campo, vi preghiamo di partecipare a un compito che sarà un aiuto per voi e per gli altri. Fate una croce sui servizi che vi piacerebbe rendere durante il campo.

- Può essere presente dal 13 luglio 18.00
- Presente il giorno dell'arrivo a partire dalle ore 15.00
- Presente il giorno di partenza (23/07) fino alle ore 16.00.
- Cucina
- Servizio ai tavoli
- Acquisti
- Stoviglie
- Pulizie
- Bar
- Annotazione kusen
- Pronto soccorso (medico o infermiere(a))

Durante il campo sono proposte diverse attività: studio dei sutra, cucitura del kesa e del rakusu, atelier "massaggi e strimenti".

El campo puede recibir a los padres acompañados por sus hijos. Os agradecemos que nos aviséis por lo menos con cuatro semanas de antelación para que, según la disponibilidad, podamos organizar dicha ayuda. Durante todo el campo los niños estarán bajo la entera responsabilidad de sus padres.

Il campo estivo sarà diretto dal **Maestro Yuno Rech**, responsabile spirituale dell'Association Bouddhiste Zen d'Europe (ABZE). Dopo un viaggio intorno al mondo che lo portava a praticare lo zen a Kyoto, rientrò in Francia per seguire l'insegnamento del Maestro Taisen Deshimaru dal 1972 al 1982. Poco tempo dopo la morte del suo maestro, ricevette lo shiho (la trasmissione del Dharma) dal Maestro Niwa. Insegna la pratica dello zen al tempio Gyobutsuji di Nizza (di cui è l'Abate), al tempio zen La Gendronnière e in diverse sesshin in Europa.



Ordinazioni

Per chi desidera impegnarsi più profondamente nella pratica dello zen, il Maestro Yuno Rech trasmetterà delle ordinazioni di bodhisattva, monaco e monaca. **Prevedete allora di fare la sessione completa, in quanto durante la preparazione è organizzato un atelier relativo alle ordinazioni.**

Se desiderate ricevere l'ordinazione di monaco o di monaca, vogliate scrivere al Maestro Yuno Rech almeno sei settimane prima del campo, e avvisare il responsabile del vostro dojo della richiesta d'ordinazione.

Lo stage è aperto a tutti, principianti o no. L'insegnamento viene dato in francese ed è tradotto simultaneamente in inglese.

ZEN

Sessione estiva **Godinne** 15-23 luglio 2017



Diretta dal

Maestro Yuno Rech

Simultaneous
English translation

Association
Bouddhiste **Zen**
d'Europe

Tel.: + 33 (0)4 93 80 81 49
E-mail: info@abzen.eu
www.abzen.eu

Lo zen nella quotidianità

Lo zen si vive nella quotidianità. Il campo estivo è un'occasione per imparare questa pratica. Durante la sesshin, la pratica intensiva dello zazen ritma lo svolgimento della giornata e porta ciascuno a vivere intensamente il momento presente in armonia con il risveglio di zazen. Al centro della sesshin si trova la pratica di zazen. E' la pratica della meditazione giusta: gambe incrociate, concentrati sulla postura e la respirazione, la schiena diritta, il corpo e la mente in unità. Praticare zazen durante un campo estivo ci insegna a diventare intimi con noi stessi, ad abbandonare l'egoismo e ad armonizzarci con gli altri.

Andare all'origine delle cose

La pratica dello zen consiste nel praticare la vigilanza e imparare a conoscere se stessi. L'insegnamento dello zen nel dojo diventa qualcosa di vivo a partire dal momento in cui si concretizza nelle diverse attività della vita quotidiana vissute con un'attenzione giusta. Durante il campo, le diverse attività, pasti, *samu* (lavoro per la comunità), cucitura del *kesa* (abito di meditazione del monaco/a) sono dei momenti privilegiati per mettere in pratica l'insegnamento del qui e ora in armonia con sé e gli altri.

Programma

Nei primi cinque giorni (preparazione), l'accento è messo sui punti fondamentali della pratica di zazen: la postura, la respirazione e l'atteggiamenti dello spirito. Ogni pomeriggio, sono proposte diverse attività in relazione con la pratica, tra cui degli atelier di studio dei sutra.

Riposo il 6° giorno. Gli ultimi due giorni e la mattina della domenica sono dedicati a una pratica più intensiva di zazen.

Volete saperne di più sulle nostre attività?

Association
Bouddhiste Zen
d'Europe

Tel.: + 33 (0)4 93 80 81 49
E-mail: info@abzen.eu
www.abzen.eu

Luogo

Collège de Godinne-Burnot, Site de Saint-Paul,
Carrefour de l'Europe, 3 - 5530 Godinne
Tél: +32 470 31 69 91 (non prima del campo).

Itinerario

Autostrada E411 Bruxelles-Namur / Uscita 16
Wierde / Seguire N941 fino alla Rue de
Jambes (N947) / Dopo la stazione di Godinne,
prendere a sinistra, Chemin des Meuniers /
Prendere a destra, Rue du Collège / prima a
sinistra, Rue Saint-Roch / prima a destra,
Rue des Grands Saules.

Trasporti pubblici

Ferrovia, SNCB, linea Namur/Dinant. Orario
ferroviario SNCB: <http://www.railtime.be>.
Tél.: + 32 (0)25 28 28 28.
La stazione di Godinne è a 1 km dal Collegio.

Portare

– Sacco a pelo o lenzuola e cuscin
Attenzione: non ci sono lenzuola in affitto,
affitto di coperte (4 euro, stock limitato).
– Kimono o abito comodo e scuro.
– Zafu (cuscino da meditazione).
– Zafuton (tappeto di meditazione) oppure
coperta.
– Ciotola, posate e tovagliolo, tazza per il caffè.
Vendita di zafu sul posto.

**Sessione completa
dal 15 al 23 luglio**
Arrivo il 14 luglio
Partenza il 23 luglio

Giorno di riposo
Il 20 luglio

**Preparazione
dal 15 al 19 luglio**
Arrivo il 14 luglio
Partenza il 19 luglio

**Sesshin
dal 21 al 23 luglio**
Arrivo il 20 luglio
Partenza il 23 luglio

Iscrizione su internet (preferibile)

www.abz.be – www.abzen.eu

Iscrizione per posta

Inviare il modulo debitamente compilato a:
Michel Ayguesparse
Hofmattweg 75 - 144 Arlesheim - Svizzera
Tel.: +41 76 564 96 70
E-mail: sesshin.godinne@gmail.com

.....
COGNOME

.....
NOME

.....
INDIRIZZO

.....
CODICE POSTALE

.....
LOCALITÀ

.....
TELEFONO

.....
E-MAIL

.....
DOJO

.....
DATA DI NASCITA

Monaco
 Monaca
 Bodhisattva

Prima sesshin
 Sì
 No

Sesso
 H
 F

Desidero prenotare una coperta (4 €, stock limitato).

Pagamento con bonifico, assegno francese o contanti (sul posto)

Pagamento con bonifico intestato all'ABZE
IBAN: FR76 4255 9000 3241 0200 0363 484
BIC: CCOPFRPPXXX

Indicare chiaramente il vostro nome quando effettuate il bonifico.

Prezzo ridotto per studenti e disoccupati. L'arrivo avviene la sera precedente le date indicate. L'attribuzione dei posti avviene seguendo l'ordine di ricezione dell'iscrizione. Per partecipare allo stage dovete essere membro dell'Association Bouddhiste Zen D'Europe (quota di € 5,00 da pagare sul posto).