

Séminaire de 2 jours : « Ethique et pleine conscience »

suivi d'une retraite zen de 10 jours pour instructeurs de pleine conscience : « Pratiquer comme des bodhisattvas dans ce monde en feu »

avec Melissa Blacker

et David Rynick

Séminaire de 2 jours « Ethique et pleine conscience » : Dans le séminaire, nous explorerons avec David et Melissa la manière dont la pleine conscience est reliée à un fond éthique commun d'humanité et comment ce fond commun est exprimé dans le bouddhisme mais pas seulement. Au départ des préceptes du zen, nous ouvrirons cette exploration vers la relation entre pratiques contemplatives et actions venant du cœur, en incluant la diversité des racines spirituelles, culturelles et/ou religieuses des participants.

Retraite zen silencieuse de 10 jours « pratiquer comme des bodhisattvas dans ce monde en feu » : La pratique personnelle de la méditation est une fondation essentielle pour quiconque travaille avec les interventions basées sur la mindfulness. Cette retraite est l'opportunité de rafraîchir et d'approfondir votre pratique de méditation personnelle en explorant les 16 préceptes de la tradition zen. La majeure partie de la retraite sera engagée dans l'assise silencieuse et la pratique de la méditation marchée. David et Melissa offriront chaque jour un enseignement de groupe ainsi que des entretiens individuels réguliers. Vers la fin de la retraite, il y aura des temps d'exploration interpersonnelle guidée ainsi que des dialogues pour explorer la connection entre la pratique personnelle et l'enseignement de la mindfulness.

Les 2 événements peuvent être suivis indépendamment l'un de l'autre

Melissa Blacker a travaillé pendant près de 20 ans au Centre Mindfulness (CFM) fondé par Jon Kabat-Zinn à l'Université du Massachusetts. Elle a co-dirigé le programme de formation professionnelle du CFM jusqu'en 2011. Actuellement, elle se consacre à l'enseignement du zen, et continue à guider des retraites et séminaires de pleine conscience, notamment pour professionnels de ce domaine. Elle a reçu la transmission d'enseignante zen du maître zen John Ismaël Ford (lignée de



pour la
consacre à
des
complète
Yasutani

Roshi) et est co-fondatrice du centre Boundless Way Zen en Nouvelle Angleterre.



David Rynick est enseignant zen, co-fondateur du centre Boundless Way Zen en Nouvelle Angleterre il a reçu la transmission complète du maître zen Georges Bowman (lignée de Seungsahn Soen Sa Nim). Après une carrière d'artiste et de professeur dans une école privée, il se consacre à un travail de coaching dans le domaine du leadership et du développement personnel. Il anime de nombreux séminaires et retraites sur des sujets allant de la méditation à la danse d'improvisation et au leadership.

Melissa et son mari David apportent à ces 2 événements leur longue expérience des interventions basées sur la pleine conscience et de la tradition zen. Leur engagement à s'éveiller à leur vie, leur attitude de compassion comme enseignants et leur sens de l'humour contribuent à créer un climat de pratique profonde essentielle pour rencontrer la vraie nature de notre cœur/esprit.

Informations pratiques

Lieu : La Maison du Chemin des Roches, Chemin des roches, 9,

1370 Dongelberg

Dates du séminaire :

- **Du 26 au 27 mai 2018**

Dates de la retraite :

- **Du 28 mai au 7 juin 2018**

Logement : en chambre double ou triple, avec wc et salle de bain communs ; quelques chambres individuelles disponibles pour des personnes en faisant une demande justifiée pour des raisons de santé

Langue : Les enseignements seront donnés en anglais avec traduction française.

Prix :

Séminaire : 185 € (165 € pour les déjà membres) (135 € ou 115 (1130 € pour les déjà membres) en non-résidentiel)

Retraite : 1150 € (1130 € pour les déjà membres)

Sauf mention contraire, les tarifs comprennent l'enseignement, l'hébergement en pension complète et la cotisation comme membre adhérent à la Fondation Isabelle D'hose.

Inscriptions via info@meditation-chemindesroches.be