



CENTRE CULTUREL
BOUDDHIQUE
DE RENNES

Conférence Journées de Zazen

Jifu Olivier Pressac
Moine zen au Monastère Bouddhiste Zen Kanshoji

esprit zen esprit neuf

conférence
vendredi

11.10
20:—

zazen
samedi

12.10
8:—18:30

zazen
dimanche

13.10
8:—12:30

 www.ccbrennes.fr
 07 81 00 81 22
 ccbrennes@gmail.com
 2 rue des Veyettes | 35200 Rennes
Z.I. Sud-Est | Bus : ligne 11, arrêt Pré-Garell

Conférence
Plein : 12€ | Adhérent : 7€ | Réduit : 5€
inscription sur Assoconnect via le site du CCBR
Journées de Zazen
Session et Conférence : 60€ | Session seule : 50€
inscription | 06 13 23 62 38 | dojozenrennes@gmail.com

2024
2025



Conférence organisée par le CCBR | Journées de Zazen organisée par le Dojo Zen Sôtô de Rennes

Conférence | tout public

Vendredi 11 octobre 2024 / 20H

au Centre Culturel Bouddhique de Rennes — Grande salle



Esprit zen, esprit neuf

Quitter nos vieilles ornières boueuses

Jifu Olivier Pressac

Moine zen au Monastère Bouddhiste Zen Kanshoji

Pratiquer ZAZEN c'est revenir aux conditions normales du corps et de l'esprit et retrouver notre nature originelle. Ainsi libéré du poids de nos considérations égoïques et ordinaires, nous pouvons accueillir chaque instant de notre vie dans son unicité et son énergie créative.

— **Conférence** | Tarif plein : 12€ | Tarif adhérent : 7€ | Tarif réduit : 5€

— Cette conférence sera suivie d'une pratique intensive de Méditation Zen dirigée par Jifu Olivier Pressac les 12 et 13 octobre au CCBR.

Jifu Olivier Pressac est moine bouddhiste, enseignant certifié de l'école Zen Sôtô. Il a reçu la transmission du Dharma (*Denpo*) de Maître Taiun Jean-Pierre Faure en 2018. Depuis 2002, il réside au monastère de Kanshoji en Dordogne où il est responsable de la pratique des moines.

Journées de zazen | Session — Pratique intensive de méditation Zen

Sam 12 / 8H | Dim 13 octobre 2024 / 8H — Grande salle

Cette session est aussi appelée Sesshin qui veut dire « *toucher l'esprit* », elle comprend des moments de pratique de Zazen (*simple assise*) et pratique de Kin Hin (*marche silencieuse*), incluant des temps d'enseignements et d'échanges. Durant cette journée et demie, les pratiquants sont invités à prendre part à la vie de la communauté éphémère au travers des tâches (*préparation des repas, etc...*) autant d'occasions de se concentrer dans l'ici et maintenant et de s'harmoniser avec les autres.

— **Tarifs** | Session et Conférence : 60€ | Session seule : 50€

— Petits budgets nous contacter. Un hébergement au dojo et chez les pratiquants rennais sera proposé aux personnes qui le souhaitent (*à préciser*).

— **Inscription & Information** | auprès du **Dojo Zen Sôtô de Rennes**

— **Contact** | ☎ 06 13 23 62 38 | ✉ dojozenrennes@gmail.com