



CENTRE CULTUREL
BOUDDHIQUE
DE RENNES

Événement

Sessions de méditation Zen (zazen)
en hommage à l'Éveil du Bouddha



LE SATORI DU BOUDDHA



samedi | dimanche
7.12 | **8.12**
14:30—22: | **10:—11:30**

 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-Gareil

Événement
au Centre Culturel Bouddhique de Rennes
Participation au frais | Minimum **5€**
Inscription sur Assoconnect via le site du CCBR

Événement organisé par le Centre Culturel Bouddhique de Rennes et le Dojo Zen de Rennes

2024
2025



ÉVÈNEMENT | *TOUT PUBLIC*

LE SATORI DU BOUDDHA

Sessions de méditation zen (zazen) en hommage à l'Éveil du Bouddha

Dans la tradition Zen, le 8 décembre est le jour le plus important de l'année, puisqu'on célèbre ce jour là l'éveil du Bouddha Shâkyamuni. On dit qu'il pratiqua d'une manière ininterrompue sept jours durant et qu'il s'éveilla à l'aube d'un 8 décembre en contemplant l'étoile du matin. Ses premières paroles furent alors : *"Moi et tous les êtres vivants sur la grande terre avons simultanément réalisé l'éveil"*.

La célébration porte au Japon le nom de jôdô, *"l'assemblée de la réalisation de l'éveil"*.

Les sessions, ouvertes à tous, se déroulent en silence, chacun en intimité avec soi-même.

Participation au frais | Minimum : 5€

Samedi 7 Décembre | au Centre Culturel Bouddhique de Rennes

14H30 > 16H00 Initiation à la pratique de Zazen et de Kin-hin (*marche silencieuse*)

17H00 Introduction de la session

SESSION 1

17H15 > 17H45 Zazen | Kin-hin

17H55 > 18H25 Zazen | Kin-hin

18H35 > 19H05 Zazen

19H15 > Collation en silence

SESSION 2

20H00 > 20H30 Zazen | Kin-hin

20H40 > 21H10 Zazen | Kin-hin

21H20 > 21H50 Zazen | Cérémonie du soir

Dimanche 8 Décembre | au Centre Culturel Bouddhique de Rennes

SESSION 3

10H00 > 11H30 Zazen | Kin-hin | Zazen

Zazen | Cérémonie de gratitude au Bouddha Shâkyamuni

Pour plus de renseignements, contacter le 06 13 23 62 38

- Inscriptions sur **Assoconnect** via le site du CCBR pour le **7 et 8 décembre** à **une ou trois sessions**
- Arriver 15 minutes avant chaque session • Merci de vous inscrire au plus tard le **vendredi 6 décembre**
- Apporter son coussin ou banc de méditation et une tenue ample et sombre