

Les semaines
« Zen en Action »



Dojo du Bout du Monde,
Rosnoën



Dates proposées

29 octobre au 4 novembre 2017

25 février au 3 mars 2018

29 avril au 5 mai 2018

8 juillet au 14 juillet 2018

Les séminaires ont lieu si cinq personnes sont réunies.



Ty-Anna est en construction...

Des espaces à défricher, des arbres à planter, des accès à restaurer, des pierres massives et des tas de bois à déplacer...

Quatre hectares à dessiner, à habiter, à « tenir » dans le respect de la nature et de la vocation du lieu à la Beauté. Beaucoup de travail, me dit-on !...

Et je réponds : Oui, un travail sans fin même !

Quant à nous, nous avons beaucoup de préconceptions à déconstruire, justement autour du travail, que nous sommes éduqués à voir comme un échange purement quantitatif, conditionné par le temps, les « compétences » et la productivité de leur mise en œuvre. Pour beaucoup d'entre nous, une sorte d'esclavage rémunérateur... et non un don !

Dans le monde du zen., on a coutume de dire, « Qui ne travaille pas ne mange pas » et le travail physique a beaucoup d'importance. Mais pour autant le travail dont il s'agit ne s'apparente pas à notre travail productiviste... ni ne s'oppose au loisir.

Juste un « être au travail »...

C'est sur cette expérience d'une autre manière d'être en action que sont bâties ces journées de « Zen en action » à Ty-Anna.¹

« Les séminaires du Son du Silence invitent à des pratiques corporelles qui toutes pointent vers l'abandon de la notion d'expertise et de performance technique pour celle de présence ou de conscience dans le mouvement. Elles sont donc ouvertes à tous et toutes, aux débutants curieux comme à ceux qui ont déjà une pratique. Ce sont des moments particuliers, à l'écart de nos habitudes de penser et d'agir. »

¹ Appelé SAMU dans le monde du zen japonais



La journée-type...

7h00 - 7h30	Zazen
7h30 - 8h00	Zazen
8h00- 9h00	Petit Déj'
9h00 - 11h00	Samu
12h00 - 13h00	Déjeuner
14h30 - 17h00	Atelier
17h30-18h30	Qi Qong
19h00- 20h00	Dîner
21h00- 21h30	Zazen
21h30 - ...	Yaza (zazen de nuit)



L'accueil est prévu la veille du premier jour de stage, dans l'après-midi, pour que le programme de la journée-type démarre au matin suivant.

Comme pour tout séjour à Ty-Anna, les méditations zen du matin et du soir font partie de *l'invitation* et de la vie du lieu en tant qu'ermitage zen. Elles sont obligatoires.

Le stage finit après la pratique matinale du jour du départ, le dernier samu consistant à ranger et nettoyer les espaces occupés lors du séjour.



Tarifs

Enseignement :

Les frais d'enseignement sont gratuits, en échange du travail mené dans la journée. Il demeure nécessaire de s'inscrire à l'association Le Son du Silence pour 15€, si ce n'est pas encore le cas.

Hébergement :

Il est possible de résider sur place, dans le chalet principal de Ty-Anna, dans la mesure des places disponibles, le nombre de places étant limité à 7 personnes.

Repas :

Le petit déjeuner, après le zazen du matin, est pris en commun en silence dans le chalet. Nous déjeunerons sur place, au chalet, la cuisine étant préparée ensemble après la pratique du matin. Végétarienne, bio, et à base de produits cultivés à proximité... Le soir, nous dînerons aussi à Ty-Anna, des restes du midi...

	Ty-Anna
Hébergement	15€/j
Repas sur place	10€ / j
Enseignement	Gratuit*

* avec Inscription à l'Association Le Son du Silence : 15€



Bulletin d'inscription

Zen en Action Ty-Anna

Nom

Prénom

Tél.

Mail

Dates :

En ce qui concerne le transport , merci de préciser si vous envisagez de venir en :

Train

Voiture

Pour la réservation, me répondre par mail et faire parvenir un chèque d'arrhes de 50 euros, libellé à l'ordre du Son du Silence à l'adresse suivante :



Jean-Yves Le Texier
iyletexier@libertysurf.fr

Ty-Anna Kergadalen
29590 ROSNOËN
06 22 40 42 89

