

ZEN

ANGO '24



ZEN DOJO
CENTER
MUJJOJI ZÜRICH

Session d'été à
Schwarzenegg

Avec Eishuku Monka Leibundgut

Du 13 au 20 juillet 2024

ZEN

ANGO '24



Être assis en silence
transforme les coeurs en miroirs qui ne retiennent rien.
Si nous nous éveillons à cette conscience,
tous les phénomènes sont comme des images
dans le miroir:
ce qui vient ne reste pas attaché
ce qui s'en va ne laisse aucune trace.
Hanshan Deqing

Adresse:

Gruppenhaus Alpenblick Schwarzenegg,
Im Zopf 40, 3616 Unterlangenegg

Accès:

Train/Bus :

A partir de Zurich, prendre l'IC en direction de Thoune. A Thoune, prendre le bus 42 en direction de Heimenschwand Post. A Schwarzenegg, descendre à l'arrêt Ried Schmiede, puis continuer à pied sur environ 1,5 km via Bälliz/Allmend jusqu'à l'Alpenblick. Service de navette possible dès Schwarzenegg – ceci après inscription préalable au dojo de Zurich.

Voiture :

Via Berne-Thoune: autoroute A1 direction Berne, puis A6 direction Thoune, sortie 16 Thun Nord, en direction de Steffisburg ; puis, de là, prendre la direction de Schwarzenegg. A Schwarzenegg, au restaurant Bären, prendre à gauche, puis après l'église tourner à droite et continuer jusqu'à Alpenblick.

Via Lucerne Entlebuch : prendre l'auto-route direction Lucerne, puis la sortie « Littau/Emmen Süd/Entlebuch ». Puis tourner à gauche et suivre la route en direction d'Entlebuch, et à partir de là direction Thoune. A Schwarzenegg, au niveau du restaurant Bären, tourner à droite, puis après l'église tourner à droite et continuer jusqu'à Alpenblick.

Inscription :

Par courriel à l'adresse info@zen.ch, par courrier à Zen Dojo Zürich, Rindermarkt 26, 8001 Zurich, ou par téléphone au +41 44 261 81 59.

Horaire :

Arrivée: samedi 13 juillet dès 16h (23h au plus tard), repas du soir à 20h.
Arrivée sesshin: mercredi 17 juillet dès 17h. Fin: samedi 20 juillet après le repas de midi et le samu, environ 15h.

Participation financière :

Pour l'enseignement, le gîte et le couvert, prix unitaire: 640.- CHF à plein, 230.- CHF sesshin. Inscription valable sur paiement à l'avance jusqu'au 30 juin sur le compte no 5288-197954-11 du Zen Dojo Zürich, Crédit Suisse, 8021 Zurich.
IBAN: CH80 0528 8019 7954 1100 0
Pas de réduction de tarif en cas d'arrivée différée.

A apporter :

Zafu (coussin rond et bien rembourré), kimono noir ou tenue confortable et de couleur sombre, bol pour les repas avec serviette et couverts (oryoki). Des zafus sont vendus sur place. Si possible, apporter un sac de couchage. Plus d'informations sur : www.zen.ch

Le dojo zen de Zurich organise en juillet 2024 pour le vingt-deuxième fois un session d'été (ango) en Suisse. Cette tradition remonte à Bouddha Shakyamuni qui, il y a 2500 ans en Inde, se retirait chaque année à la période des pluies avec ses disciples dans la nature, loin de l'agitation du monde, pour se concentrer un peu plus longuement sur la pratique de zazen.

L'ango offre la possibilité de pratiquer le zen, le chemin vers soi-même, la voie de Bouddha. La pratique du zen se fonde sur zazen, la posture de Bouddha. On s'assied sur un zafu (coussin rond), les jambes croisées, le dos droit, le menton rentré, la respiration calme et profonde. Le camp d'été dure huit jours et se subdivise en trois parties: le temps de préparation de quatre jours, pendant lequel alternent zazen, samu (travail pour la communauté) et activités liées au zen, est suivi

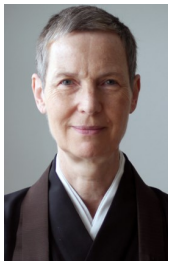
d'un jour de repos et enfin d'une sesshin de deux jours et demi.



Lors du dernier jour de la sesshin, des ordinations de bodhisattva, nonne et moine auront lieu.

La sesshin se déroule au coeur de la Suisse, au milieu des Alpes. Montagnes et forêts, rivières et rochers créent une atmosphère profonde et concentrée. Lors du temps de préparation et de la journée de repos, il est possible de faire des randonnées. Toutes personnes désireuses de se consacrer avec sérieux à la pratique du zen sont invitées à participer.

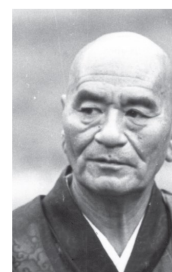
Le dojo zen de Zurich, fondé en 1975 par Maître Taisen Deshimaru, se rattache à l'école du zen soto et fait partie de l'AZI. En tant que temple zen, il porte le nom de Mu i jo, Château de la Non-Peur. Le dojo propose l'enseignement et la pratique quotidienne de zazen. En outre, il organise des sesshin, des conférences, des cours au sujet du zen ou de thèmes apparentés et édite diverses publications. Il est ouvert à tous ceux et toutes celles qui souhaitent pratiquer la voie du zen.



La session d'été est dirigée par la nonne zen **Eishuku Monika Leibundgut**. Elle est une disciple proche de Missen Michel Bovay, a été son assistante pendant plus de 20 ans et, depuis le décès de ce dernier, lui a succédé à la direction du dojo zen de Zurich. Elle est soutenue dans cette fonction par d'autres disciple de Missen Michel Bovay. En mai 2012 elle a reçu la transmission du dharma de Maître Yuko Okamoto au temple de Teishoji au Japon.



Missen Michel Bovay était un disciple proche de Maître Taisen Deshimaru et fut, après le décès de ce dernier, l'un des responsables de la transmission de son enseignement. Il reçut la transmission du dharma de Maître Yuko Okamoto, dirige le dojo zen de Zurich pendant plus de vingt ans et lui apporta son soutien jusqu'à sa mort en avril 2009.



Maître Taisen Deshimaru, fondateur de l'Association Zen Internationale (AZI), fut l'héritier dans le dharma de maître Kodo Sawaki (1880-1965). Il arriva en Europe en 1967 afin d'y planter la graine de l'authentique pratique du zen. En l'espace de quinze ans, il créa plus de cent dojos et groupes de zazen. Maître Deshimaru mourut en 1982.

Doucement et harmonieusement, le ruisseau coule
en chuchotant, tranquille
à travers des vallées moussues pleines de rochers.
Ainsi s'écoule aussi ma vie,
imperturbablement claire,
élevée dans le calme d'un esprit silencieux.

Ryokan