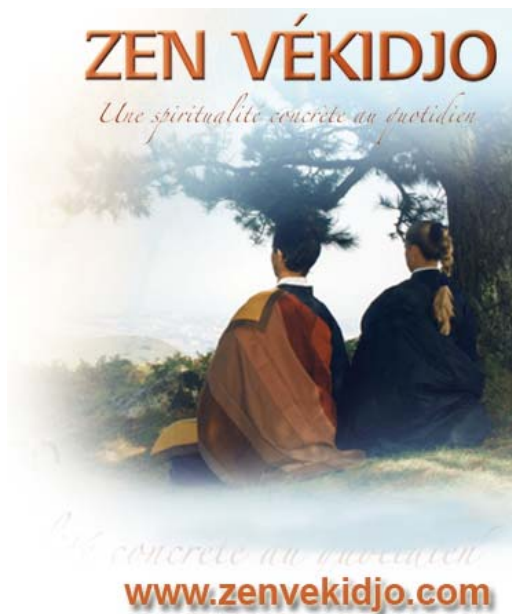


Association « Centre de pratiques du Midi-Pyrénées »
Salle d'entraînement
21 rue de l'allier
31200 Toulouse (Borderouge)
tel : 06 25 99 68 16 site : toulouse.zenvekidjo.com
contact-toulouse@zenvekidjo.com



Bonjour,

Le mardi 20 septembre 2011, entre 18h30 et 21h30, nous vous invitons à une soirée connaissance de soi par l'expérimentation avec Monto dé Patso* (Montagne de Paix), maître Zen, dirigeant du Centre zen pyrénéen (temple de la Paix Infinie) à Toulouse :
Le Lieu (Bâtiment en bois au fond du parking),
21 rue de L'Allier
31200 TOULOUSE (Borderouge)
M°Borderouge puis Ligne Bus 36 Arrêt "Louin"

Programme :

18h30 à 19h30 Découverte de l'assise (zazen).

19h30 à 20h30 Conférence-débat « Qu'est-ce la bioconscience et quelle en est l'utilité ? »

20h30 à 21h30 Découverte active de l'assise.

Expérimentation de la position du Bouddha selon l'enseignement de Monto dé Patso.

Expérimentation des techniques de marches lente et rapide :
"marcher avec son centre, penser avec ses pieds".

Approfondissement de la connaissance de soi.

* Monto dé Patso est l'auteur des ouvrages : Au Coeur de la Vie, Présent d'Orient,

La force de la douceur, L'éveil du sixième sens.

Co-traducteur de l'Essence du Zen de Sekkei Harada Fondateur de l'Aï-Dôï, du Véki Yoga, du Fonds Être Occident-Orient. Analyste de situations de travail (IPRP), formateur, concepteur de logiciels, d'équipements de prévention individuelle.

Père de famille, son enseignement s'applique au concret de notre société.

« Découvrir le sens de la vie au travers des cellules de son être... et vivre chaque instant pleinement, les pieds ancrés sur le sol, prêts à se mettre en mouvement ; l'être dans sa verticalité, la fontanelle délicatement pointée vers le ciel : véritable communion dans la simplicité dans les moments de la vie quotidienne de chacun(e). Le zen vékidjo est une appellation ; il n'est ni bla-bla, ni imagination, il est le Coeur du Vivant. »

Monto dé Patso

Depuis des milliers d'années, le Zen a traversé de nombreux pays. Sa forme s'est adaptée aux différentes cultures tout en gardant sa substance. C'est ainsi qu'est né le Zen Vékidjo* : tout en s'inscrivant dans cette continuité, il s'adapte à notre culture occidentale.

*Vékidjo signifie « Action de s'éveiller », en Espéranto.

Au plaisir de vous recevoir,

Boudissa