

Informations & Tarif

Association Butsushin Zen Do

11, rue de Blotzheim

68100 Mulhouse

Tel : 06 19 36 00 92

e-mail : busschin@zen-mulhouse.fr - beppemokuza@sumi-e.it

Tarif: 190 € à verser au moment de l'inscription à:

Corps Esprit Mulhouse

IBAN : FR76 1470 7508 1470 2137 1805 573

BIC / SWIFT : CCBPFRPPMTZ

Chèques à l'ordre de "Corps Esprit"

Sont inclus dans le prix:

Tous les repas préparés avec des aliments biologiques, le matériel de peinture (papier d'entraînement, papier de riz pour oeuvre conclusive, encre et pinceaux de différentes tailles).

N.B: pour tout désistement après le 16 mai, ne sera restitué que 50% de l'acompte.

Hébergement:

Possibilité d'être hébergé dans le dojo ou chez des pratiquants.



www.sumi-e.fr
www.zen-mulhouse.fr



Association Corps-Esprit
de Mulhouse

Stage peinture sumi-e & méditation zen

30 - 31 mai 2020

Dirigé par:

Claude Émon Cannizzo
maitre Zen

Beppe Mokuza Signoritti
moine zen et maitre de sumi-e

au Dojo Zen "Butsu Shin"

MULHOUSE

www.sumi-e.fr

Peinture sumi-e

D'origine chinoise, cette méthode de peinture à l'encre de Chine appelée sumi-e a été introduite au Japon par des moines zen il y a plus de cinq siècles.

Grâce à une bonne posture et une respiration correcte cette façon de peindre peut révéler la créativité de celui qui la pratique, le rendre plus sensible, plus attentif et plus harmonieux dans l'acceptation de soi, des autres et de ses propres difficultés et le mettre en lien avec la source de la vie qui est en lui.

Les élèves travaillent tous ensemble dans l'harmonie et la concentration, dans une atmosphère calme et silencieuse. Il n'y a pas de compétition en vue d'un résultat, c'est un travail de patience qui vise à affiner la sensibilité de chacun, pour arriver à une caractéristique définie de son propre mode expressif et à la fluidité du geste, comme si produire une fleur, un rocher, un bambou émanait presque naturellement de notre propre corps.



Méditation zen: zazen

Shikantaza: Simplement s'asseoir. Zazen (méditation assise), c'est toucher la partie la plus pure et originelle existant en chacun(e) d'entre nous. Mais notre conscience est voilée par le flux incessant de nos pensées et les vagues d'émotions qui nous assaillent en permanence.

Le zen est un art de vivre qui stimule au plus profond notre créativité, permettant ainsi de laisser apparaître les qualités artistiques de chacun(e) d'entre nous. Le zen n'est rien de plus que le terreau fertile dans lequel peut grandir et s'épanouir n'importe quelle personne, qu'elle soit laïque, croyante, religieuse ou non.

"Si vous comprenez que zazen est la grande porte de la loi, vous serez semblables au dragon pénétrant dans l'eau ou au tigre retrouvant ses forêts profondes."

(Maître Dogen, XIII siècle)

Les enseignants

Claude Émon Cannizzo

Moine responsable spirituel du dojo zen de Mulhouse. A l'issue de nombreuses années de pratique d'arts martiaux, il découvre la pratique du zen en 1981. Il fonde le dojo zen de Mulhouse en 1986. En 1991 il reçoit l'ordination de moine et en 2016 il reçoit le Shiho (la transmission) par son Maître Roland Yuno Rech dont il est proche disciple.

Beppe Mokuza Signoritti

Moine Zen, disciple de Maître Roland Yuno Rech, responsable du dojo zen de Alba (Italie). Il se consacre au sumi-e et à la pratique de zazen depuis plus de vingt-cinq ans. Il organise des expositions, conférences et démonstrations dans toute l'Europe.

Programme pour les deux jours

Samedi 30 mai

07h00 - 07h30 introduction à la méditation
07h30 - 09h00 zazen
09h00 - 09h30 guen-mai / café
10h00 - 12h30 sumi-e
12h45 - 15h00 déjeuner / repos
15h00 - 18h00 sumi-e
18h30 - 20h00 zazen
20h15 diner

* Possibilité de ne participer qu'aux séances de méditation

* Pour la méditation, il est conseillé de porter des vêtements souples et de couleur sombre.

Dimanche 31 mai

07h00 - 08h30 zazen
08h30 - 09h30 guen-mai / café
10h00 - 12h30 sumi-e
12h45 - 15h00 déjeuner / repos
15h00 - 18h00 sumi-e
18h30 - 20h00 zazen

