



Samedi 24 et Dimanche 25 janvier 2026 Accueil à 9h et fin à 17h

Inscription obligatoire
de préférence avant le 14 janvier *

Coût de la session : 50€

Les exposés proposés s'appuieront
sur les enseignements de **Bernard Durel**
qui, étant indisponible pour raison
de santé sera remplacé par **Françoise Vinel**



« Chaque pas, un pas pour la paix »

Marcher pour la paix comme le moine bouddhiste Thich Nath Hanh aux États-Unis pendant la guerre du Viet-Nam, comme Gandhi en Inde. – « Quand je marche, je marche ... » : nous exercer à marcher dans l'esprit du zen, en silence et lentement, à marcher sur la terre, sur la terre des vivants.

Les exposés proposés s'appuieront sur les enseignements de Bernard Durel, indisponible pour raison de santé : comment nous préparer à devenir des artisans de paix, dans ces temps si troublés de notre société et de nombreuses régions du monde.

« Si tu es en paix, il y a au moins un lieu de paix dans le monde », disait le moine trappiste américain Thomas Merton.

Pour explorer ce lien intime entre paix intérieure et paix extérieure, du temps sera donné à la marche – kin-hinh dans la pratique de la méditation et marche méditative – pour goûter combien la méditation marchée est au service de notre paix intérieure mais tout autant de la paix dans le monde.

Des temps d'assise silencieuse rythmeront ces deux journées.

Françoise Vinel pratique la méditation dans l'esprit du zen à Strasbourg, dans le cadre de l'association « S'asseoir », fondée par Bernard Durel. Professeure émérite de l'Université de Strasbourg, elle y a enseigné l'histoire du christianisme ancien et la patristique à la Faculté de théologie catholique.

Déroulement

Pratique de la méditation dans l'esprit du zen deux à trois heures par jour

Exposés sur le thème et exercices de méditation marchée

- Si certaines personnes arrivent le vendredi soir, merci de le signaler pour que Françoise Vinel puisse organiser un temps d'assise.

Espace Notre Dame de Grâces 2, chemin des tilleuls
42170 CHAMBLES 09 88 39 18 23
INSCRIPTIONS : Directement sur centrespirituelndg@gmail.com
ou au 09 88 39 18 23