

La maison de Pleine Conscience

vous invite à une

Journée de Pleine Conscience

avec

Chân Huy

enseignant investi par

Thich Nhat Hanh

La mort

Pourquoi parler de la mort au printemps? Pour mieux apprécier la nature qui renaît! *Re-naît?* Était-elle morte? Dans le bouddhisme, l'idée de la mort est une vue « fausse », un des Huit Concepts ou Négations qui alimentent notre ignorance face à la réalité. Car pour le Bouddha, il n'y a ni naissance, ni mort, ni permanence, ni cessation, ni uniformité, ni diversité, ni allée, ni venue.

« La Voie du Milieu dit que ceci est parce que cela est, ceci apparaît parce que cela apparaît, que ceci n'est pas parce que cela n'est pas. »

Voir le monde comme existant est un extrême, le voir comme inexistant est un autre extrême. »

Alors parlons-en, pour mieux jouir de la vie ici présente.

Respire, tu es vivant !

Durant toute la journée, nous pratiquerons la joie de vivre en pleine conscience, debout, assis ou couchés, en mangeant, en marchant, ou en buvant une tasse de thé. Le programme inclura une ou deux périodes de méditation assise, une période de méditation marchée à l'extérieur, un discours sur le dharma, la pratique du repas en silence, une période de relaxation totale, et une période de questions/réponses/échanges.

Dimanche 27 avril 2008

9h30 à 17h

5867 rue Saint-Hubert, Mtl (Métro Rosemont)

Contribution 40\$

Veuillez apporter votre repas de midi et votre tasse

(514) 272-2832

mpcmontreal@videotron.ca

www.mpcmontreal.homestead.com/files/