

Programme

• Sesshin du dimanche 12 au mercredi 15 juillet. Arrivée le 11 avant le dîner de 20h30 ou de préférence en fin d'après-midi. Départ le mercredi 15 après le samu final qui est très important, merci d'y participer jusqu'à la fin.

Possibilités d'hébergement

• Tente personnelle.
• En dehors du lieu : hôtels et gîtes, réserver personnellement environ 5-6 semaines avant en cette période très chargée. Regarder sur internet ou par exemple : "Le Souleillou" (Montcuq) 0565224895 ou 0761516941, réservation en ligne : lesouleillou.com – Oh P'tit Rapporteur (Montcuq, voir sur internet Booking) – le Gîte Brigals (723 route de Montcuq).

Accès à l'ermitage

• Train : Gare de Cahors. Prévenir auparavant tél : 0682778632.
• Voiture : Chercher "732 Chemin des Guignes 46800" sur Google Maps pour le GPS. Sinon : Autoroute A20, sortie Cahors-Centre n°57. Après le péage, tout droit jusqu'au rond-point, puis dernière sortie D820 Cahors. Après avoir traversé Cahors, à un rond point, prendre la D653 en direction de Montcuq. Juste avant Montcuq, tourner à droite à Saint-Daunès et traverser le village. Prendre à gauche la rue des Crubelets puis après le petit pont monter à droite pendant 4 km jusqu'au chemin de terre indiqué "Chemin des Guignes".

Amener : un kimono ou vêtement ample de couleur sombre type jogging. Un zafu, draps et taies d'oreiller pour le gîte. Bol, couverts, serviette. Chaussures et vêtements pour le samu. Lampe de poche.

Ermitage Zen de Mokuonji, 732 Chemin des Guignes, Saint-Daunès 46800 BARGUELONNE-EN-QUERCY
GPS : 44.370575, 1.200238 ou "732 Chemin des Guignes 46800" sur Google Maps
06 82 77 86 32 ou 06 83 10 51 19 – www.mokuonji.fr – reikozen2@gmail.com

Bulletin individuel de réservation

À retourner avant le 27 juin 2026 à :

Evelyn de Smedt, 732 Chemin des Guignes, Saint-Daunès 46800 BARGUELONNE-EN-QUERCY.

✂ Session d'été 2026

Dirigée par Evelyn Reikō de Smedt du dimanche 12 au mercredi 15 juillet 2026.

Mme Mlle Mr _____ Prénom _____

Adresse _____

Code postal _____ Ville _____

Téléphone _____ Email _____

Moyen, date et heure d'arrivée _____

Hébergement Tente personnelle Gîte

Participation par personne 160 € – À régler à l'inscription: 60 €

Pour les personnes en grandes difficultés financières, possibilité de parler sur place avec le trésorier.

Mode de règlement France : Espèces Chèque bancaire *Attention : chèques de banques françaises uniquement, à l'ordre d'Evelyn de Smedt.*
Autre pays : Espèces



Session d'été

Dirigée par Evelyn Reikō de Smedt

Du dimanche 12 au mercredi 15 juillet 2026.

Ermitage des Guignes Hautes, dans les Causses du Quercy

06 82 77 86 32 – 06 83 10 51 19 – reikozen2@gmail.com

MOKUONJI 黙音寺
Temple de la mélodie du silence

Association Zen Internationale
Fondateur Maître Deshimaru

Zazen

L'assise silencieuse est le cœur de la pratique.

Assis le dos droit, la respiration calme et profonde, le regard tourné à l'intérieur de soi-même, chacun peut faire l'expérience de l'éveil à sa nature véritable.

Ango. Vivre dans la tranquillité.

La tradition de la retraite d'été remonte à l'époque du Bouddha Shākyamuni, lorsque les disciples se rassemblaient pour pratiquer ensemble.

Durant une session la pratique de zazen, samu, les repas, le repos... se succèdent sans avoir besoin d'utiliser son esprit personnel.

Seulement suivre le déroulement de la journée indiqué par des sons, simplement vivre pleinement chaque instant présent.

Ainsi l'esprit devient calme, paisible, et la conscience peut s'ouvrir sur une vaste dimension.



Maître Taisen Deshimaru (1914 - 1982)



Mise en page Julien Yan San Mei

L'Ermitage de Mokuonji

Fondé en 2005 par Evelyn Reikō et ses disciples, il est situé dans les Causses du Quercy, au cœur du Lot.

Le dojo traditionnel, le calme, la nature entière contribuent à créer une atmosphère forte et sereine, propice à la pratique.

C'est l'occasion pour chacun de se consacrer entièrement à la Voie du Bouddha, loin de l'agitation et des préoccupations habituelles.

Evelyn Reikō de Smedt

Une des plus proches disciples de maître Taisen Deshimaru qui apporta la graine du Zen en Occident sera responsable de l'enseignement.

Elle le suivit quotidiennement de 1973 jusqu'en 1982 et l'aida à la rédaction et la publication de la plupart de ses ouvrages en langue française.

Depuis le décès de son maître elle continue à répandre son enseignement à travers les sesshin qu'elle dirige en particulier à Mokuonji depuis une quinzaine d'années, et les livres qu'elle publie, notamment *Zen et Christianisme*, *La lumière du Satori* (ed. Albin Michel), *Les Patriarches du Zen*, *L'Anneau de la Voie* (ed. Le Relié).

