

Chères amies, chers amis,

Nous avons la grande joie de vous inviter à célébrer Noël avec nous, antique fête du retour de la lumière après le solstice d'hiver,

par une JOURNÉE DE PLEINE CONSCIENCE

dans la tradition du Maître Zen Thich Nhat Hanh et du Village des Pruniers,

le dimanche 24 décembre 2023

AU CENTRE ZEN DE LA PLEINE CONSCIENCE

Adresse: Rue des Chalets, 13,

4030 Grivegnée – Liège

ATTENTION :

pour vous inscrire, ne répondez pas à ce mail directement mais à :

journee.pc@gmx.fr objet : JPC 24.12.2023

PROGRAMME DE LA JOURNÉE :

- 9H00 : Accueil.
- 9H30-10H30 : Méditation.
- 10H45-12H : Enseignement du Village des Pruniers (DVD).
- 12H-13H : Dîner en pleine conscience. **N'oubliez pas votre pique-nique** ; le thé est prévu.
- 13H-14H : Marche méditative dans le bois de la Chartreuse.
- 14H15 : Relaxation totale
- 15H-16H00 : Partage du Dharma.

La participation aux frais est de 15 € pour la journée. Nous vous proposons de payer le jour même. Bien entendu, ceci ne doit pas être un empêchement à votre participation !

Accès : bus 35, arrêt rue Jules Claskin.

Chaleureusement et au plaisir de pratiquer ensemble.

Le centre zen de pleine conscience.