

LAIST et l'Université Makoto sont heureux de vous convier à l'atelier :



## *Zazen et Shiatsu : Souffle et présence dans le geste thérapeutique*

*Enraciner le geste dans l'immobilité,  
Être activement passif,  
Non agir et non être*

Co-animé par Bernard Bouheret et Alexis Ferrari, cet atelier consiste à faire alterner des phases de méditation Zen et des pratiques de Shiatsu afin de pénétrer et de demeurer dans la dimension profonde de la relation thérapeutique.

*« La rencontre thérapeutique  
peut révéler l'être essentiel  
aussi bien à celui qui donne le  
Shiatsu qu'à celui qui le  
reçoit. L'exercice du Zazen aide  
à sensibiliser cette  
perception. »*

Alexis Ferrari

est chirurgien. Il suit la voie du Zen sous la direction de Maître Eizan Roshi (temple Ryutaku-ji, Japon) et fait partie de l'équipe enseignante du Zen au Centre Assise\*\*. Conscient de ce que la pratique du Zazen apporte d'essentiel à la relation thérapeutique, il est résolument orienté vers une vision intégrative de la santé et des soins, dans un esprit transdisciplinaire.

*« Le Shiatsu peut aider les  
pratiquants de Zazen à évoluer  
dans un corps plus « éveillé ».  
Le Zazen peut aider quant à lui  
les pratiquants de Shiatsu à être  
dans un esprit plus éveillé. »*

Bernard Bouheret

**Vendredi 6 Mars 2015**

**Horaires : 9h15-12h30**

**Lieu : Salle Montparnasse**

**Prix : 30€**

**Inscriptions : [secretariat@shiatsu-aist.org](mailto:secretariat@shiatsu-aist.org)**

\* Calligraphie : SoHan Koji du temple Sogen-Ji

\*\* [www.centre-assise.org](http://www.centre-assise.org)