

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

Alexis 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 18 décembre 2015

9h30 – 12h30

Salle Montparnasse

Prix : 30 €

Inscription : secretariat@shiatsu-aist.org

Accessible à partir de la 1^{ère} année

Calligraphie: So Han Koji du temple Sogen Ji

* www.centre-assise.org