



## Naître à ce qui est « Qu'est-ce qui en toi n'est pas encore né ? »

L'association S'asseoir propose une session de méditation dans l'esprit du zen, ouverte aux débutants.

Du vendredi 27 mars au dimanche 29 mars 2026 à REINACKER

*Le secret, être là  
Il n'y a rien d'autre,  
Il n'est rien d'autre sur le chemin  
Pour sortir des léthargies nauséabondes,  
des demi-sommeils,  
des commentaires sans fin,  
que de naître enfin  
à ce qui est.*

*Christiane Singer*

En l'absence de Bernard Durel, encore hospitalisé, le CA de S'asseoir a décidé de maintenir cette session. Cet imprévisible nous oblige à innover, à faire confiance en l'engagement de chacun des participants. Chacun sur son chemin singulier, nous « ramerons » ensemble vers plus large en nous-même.

L'enseignement de Bernard est irremplaçable et nous manquera. Nous remplacerons ce temps par des interventions, autour de textes choisis en lien avec la pratique et le thème.

Cette session comportera environ quatre heures d'assise par jour, des temps d'éveil corporel et de marche méditative. Elle se déroulera en partie en silence.

**Date et horaire :** du vendredi 27 mars à 19h au dimanche 29 mars vers 16h. Accueil à partir de 17h.

**Lieu de la session :** Foyer du couvent N.D. de Reinacker, (tél. 03.88.03.23.26 en cas de nécessité).

**Apporter :** Tabouret ou coussin de méditation (quelques-uns disponibles sur place)  
vêtements souples, chaussures pour la marche à l'extérieur.

**Frais :** - **pension complète pour 2 jours :** chambre double : 151,60 €  
draps et serviettes sont fournis chambre individuelle : 161,60 €  
- **Adhésion à l'association S'asseoir** (si non déjà réglée): 12 €, à régler sur place

**Inscription :** Renvoyer le talon-réponse ci-dessous, accompagné d'un chèque du montant total des frais de pension, à l'ordre du Foyer Notre Dame de Reinacker. **impérativement avant le lundi 2 mars 2026**

à **Danièle Genevaux, 28, rue de la Griesmatt 67100 Strasbourg**

Tél : 06 32 95 52 80 mail : [daniele.genevaux@gmail.com](mailto:daniele.genevaux@gmail.com)

Le chèque ne sera encaissé qu'après la session.

**En cas de désistement plus 5 jours avant le début de la session, le chèque ne sera pas encaissé ;**

- entre 5 jours et 48h avant la session, 30% de la pension est due ;
- la totalité de la pension est due en cas de désistement moins de 48h avant la session.

Nom : Prénom :

Adresse :

Tél. (portable si possible) : Mail :

- je prendrai le repas du vendredi à 19 h : oui / non (\*)
- je souhaite un hébergement en chambre à deux/individuelle (\*)
- je souhaite une chambre en rdc (mobilité réduite ou difficile) : oui/non (\*)
- je cherche/propose (\*) ..... place(s) en voiture
- Les repas seront végétariens. Intolérances : au gluten : oui / non (\*), au lactose : oui/non (\*)

**(\*) barrer ce qui ne convient pas et renseigner toutes les rubriques**

*Sans confirmation de notre part, considérez que vous êtes inscrit(e) à la session.*