

## Journée de pratique

### *Le bouddhisme engagé, une Voie du changement*

Dimanche 14 Octobre 2018  
Institut Nalanda, Bruxelles

L'association Un Zen Occidental et le Réseau BASE (Bouddhisme, Action Sociale et Engagement) organisent une journée d'enseignement sur le bouddhisme engagé, ses enjeux actuels et à venir, et vous proposent une initiation aux pratiques de changement développées par le programme BASE.

Ouverte à tou.te.s, elle sera animée par Jiun Eric Rommeluère, enseignant dans la tradition zen et auteur d'ouvrages sur le bouddhisme (notamment *Le bouddhisme engagé*, *S'asseoir tout simplement* aux Éditions du Seuil, *Se soucier du monde* paru chez Almora.)

### **À propos du Réseau BASE**

Le réseau BASE (Bouddhisme, Action Sociale et Engagement) est un réseau national de bouddhistes engagés fondé en 2017.

Le bouddhisme engagé est un mouvement qui prend en compte les dimensions sociale et collective de la souffrance. Le Dalai-Lama et le maître vietnamien Thich Nhat Hanh en sont les principales figures.

### **Adresse**

Institut Nalanda  
Rue de l'Orme 48,  
1030 Bruxelles

### ***Renseignements et inscription***

[uzo.luxembourg@gmail.com](mailto:uzo.luxembourg@gmail.com)

## Programme

- 9h00-9h30 : Accueil des participants
- 9h30-9h45 : Cérémonie d'ouverture / présentation de la journée
- 9h45-10h15 : Partage du silence (assise silencieuse)
- 10h15-11h00 : Le bouddhisme engagé : une nouvelle voie du milieu
- 11h00-11h15 : Pause
- 11h15-12h00 : Le programme BASE et les 5 engagements
- 12h00-12h20 : Questions / Réponses
- 12h30-13h30 : Partage du repas
- 13h30-14h00 : Partage du silence (assise silencieuse)
- 14h00-14h45 : Les 5 pratiques BASE
- 14h45-15h00 : Pause
- 15h00-15h30 : La méditation du goût unique (marche méditative)
- 15h30-16h00 : La communauté *Les mille mains*
- 16h00-16h30 : Questions / Réponses
- 16h30-16h45 : Cérémonie de clôture

La journée est ouverte à tou.te.s.

Pour la cohérence générale, nous n'acceptons pas de participation partielle et demandons que chaque participant.e assiste à l'intégralité des pratiques et des enseignements. La journée commence et se termine par une cérémonie de gratitude.

Nous vous remercions d'arriver au plus tard à 9h25.

Il est recommandé d'apporter son coussin de méditation. Des coussins seront cependant disponibles sur place. La tenue doit être sobre et confortable, préférez des vêtements de couleur sombre.

## Le repas

Nous vous remercions d'apporter votre panier repas. Le repas est pris en silence. (Repas végétalien). Pour des raisons écologiques nous vous demandons de ne pas utiliser de sacs plastiques.

## **Participation consciente**

Notre pratique dépend entièrement de la générosité des personnes qui la soutiennent. Nous faisons le choix d'un modèle économique fondé sur la conscience et l'écoute. Nous ne fixons donc pas de tarification. Nous invitons chaque personne à donner ce qui lui semble juste en tenant compte à la fois de ses propres besoins, des frais nécessaires à la préparation de cette journée et des besoins de l'enseignant.

Vous trouverez en page 4 ci-après un document explicatif proposé par l'Université du Nous sur la participation consciente.

**Pour des questions d'assurance, il est néanmoins nécessaire d'être membre de l'association UN ZEN OCCIDENTAL pour participer à cette journée** (25 euros la cotisation annuelle de date à date, 50 euros la cotisation de soutien), voir bulletin d'inscription ci-après, page 5. La cotisation permet de participer à l'ensemble des activités proposées par l'association.

Si vous désirez vous joindre à cette journée, nous vous remercions de nous retourner le bulletin d'inscription à l'adresse suivante : [uzo.luxembourg@gmail.com](mailto:uzo.luxembourg@gmail.com)

**Seule la réception de ce bulletin vaut inscription**

**définitive.** Nous vous remercions de votre compréhension.

## **Pour découvrir le bouddhisme engagé**

- L'intervention d'Éric Rommeluère dans l'émission *Sagesses Bouddhistes* du 28 mai 2018, sur le programme bouddhiste de formation à l'engagement social (programme BASE) : <https://youtu.be/aF0ISqUUGmw>
- Le site du Réseau BASE : <http://www.bouddhisme-action.net/>

## **QU'EST-CE QUE LA PARTICIPATION CONSCIENTE ?**

**(licence creative commons, Université du Nous )**

La participation consciente est une autre façon d'envisager la rémunération d'une activité telle qu'un atelier ou une intervention. Ce mode de valorisation participatif, transparent et solidaire, a notamment été développé par l'Université du Nous, un espace d'expérimentation pour les acteurs de la transition sociale.

La participation consciente change la règle établie. Elle ouvre une voie de questionnements dans notre rapport à l'argent et notre façon d'échanger nos richesses. Cette forme de rémunération nécessite de la conscience autant pour être proposée que pratiquée. Elle offre potentiellement un chemin de transformation individuelle et collective. La participation consciente permet notamment à des personnes disposant de faibles revenus de participer à une activité.

### **En pratique, comment cela fonctionne-t-il ?**

La participation consciente est la somme que vous souhaitez ou pouvez donner en conscience pour ce que vous avez vécu.

- Aucun montant n'est fixé ou proposé mais la participation est obligatoire.
- La participation financière est remise à la fin de l'activité de façon non-anonyme sous enveloppe à votre nom sans justification du don réalisé. Les autres participants ne sont pas informés du montant donné. Le don nominatif et confidentiel permet d'assumer de façon responsable ce que l'on peut ou ce que l'on veut donner.
- La participation consciente fait toujours l'objet d'un temps d'explication de partage au début mais également à la fin de l'activité. Le montant total récolté, la moyenne, le montant le plus bas et le plus haut sont communiqués à l'ensemble des participants.

### **Comment déterminer votre participation ?**

Plusieurs éléments sont à prendre en compte :

- La valeur estimée de ce que vous avez reçu qui comprend non seulement l'activité proprement dite, mais sa préparation et tous les efforts nécessaires à sa réalisation.
- Vos possibilités financières.
- Les coûts directs et indirects de l'activité à laquelle vous participez.
- Les projets futurs des organisateurs.

En donnant plus :

- Vous contribuez au développement et la réalisation de projets futurs.
- Vous compensez les participations inférieures au seuil d'équilibre financier de l'activité.
- Vous permettez d'octroyer une contribution aux intervenants déterminée en conscience par les organisateurs (si elle n'est pas déjà incluse dans le prix de revient).

**BULLETIN D'INSCRIPTION**  
**JOURNEE DE PRATIQUE LE BOUDDHISME ENGAGE**  
**DIMANCHE 14 OCTOBRE 2018**

à **BRUXELLES**  
**Institut Nalanda - Rue de l'Orme 48, 1030 Bruxelles**

Quelques recommandations :

- Compléter toutes les rubriques du bulletin ;
- Écrire lisiblement en MAJUSCULES ;
- Envoyer à l'adresse suivante : [uzo.luxembourg@gmail.com](mailto:uzo.luxembourg@gmail.com).

**Informations personnelles**

Nom : ..... Prénom : ..... Sexe : H / F

Tél. (dom.) : ..... Tél. (prof.) : .....

Courriel : .....

Adresse postale : .....

.....

- Avez-vous déjà une pratique de méditation : OUI / NON (rayez la mention inutile). Si OUI, merci de préciser en quelques lignes au dos de la feuille.
- Je souhaite emprunter un coussin de méditation : OUI / NON.

**Adhésion**

Je suis membre de l'association Un Zen Occidental : OUI / NON

Cotisation annuelle si nécessaire (25 euros la cotisation annuelle de date à date, 50 euros la cotisation de soutien)

Le paiement peut se faire soit par virement bancaire, soit sur place en espèce ou par chèque. Compte :

Association Un Zen Occidental  
58 rue Armand Saffray 72000 Le Mans  
Code IBAN : FR76 30003 03351 00037263411 63 Code  
BIC : SOGEFRPP

Je souhaite recevoir la lettre électronique d'information mensuelle de l'Association Un Zen Occidental et vous autorise à saisir mes coordonnées dans votre fichier : OUI / NON (rayez la mention inutile).

Date :

Signature :

*L'ensemble des données communiquées sont confidentielles. Nous nous engageons à ne pas les communiquer à des tiers. L'association Un Zen Occidental a fait l'objet d'une déclaration numérotée 1038159 à la CNIL conformément à la loi numéro 78-17 du 6 janvier 1978 relative à l'informatique, aux fichiers et aux libertés. Vous disposez d'un droit d'accès, de modification, de rectification et de suppression des données qui vous concernent (art. 34 de la loi "Informatique et libertés").*