

## INFORMATIONS ET INSCRIPTIONS

Inscription par e-mail auprès de :  
**Caroline Brizard**  
brizardcaroline.44@gmail.com

Règlement sur place

Merci de nous prévenir en cas d'annulation.

**Tarif unique**  
**160 €**

## POUR S'Y RENDRE

**MFR Pouzauges**  
**44 Chemin des Puits**  
**85702 Pouzauges**

**En voiture :** sur l'autoroute A87, prendre la sortie 27 vers Potiers/Nantes/Niort par RN/ Prendre la N249, direction Potiers/Niort Mauléon, puis la sortie 13-Mauléon/Vihiers et D34 et D43 dir. Chem.des Puits Pouzauges.

**En train :** Gare la plus proche : La Roche Sur Yon (60 km de la MFR), ou Nantes (98 km). Contacter les organisateurs si vous venez en train.

## SESSHIN

**7 au 9 Juin 2025**



**Dirigée par Brigitte Sei Riki Stark**  
**Nonne zen**



[www.zen-road.org](http://www.zen-road.org)

## ARRIVÉE

**Vendredi 6 Juin** à partir de 18 heures.

## DÉPART

**Lundi 9 juin** vers 15 heures après le samu nettoyage.

La sesshin a lieu à la MFR de Pouzauges, 44 chemin des Puys, Pouzauges

## APPORTER

- zafu
- habits confortables de couleur sombre
- bol, serviette de table, cuillère et fourchette
- chaussures pour l'intérieur
- sac de couchage, draps, oreiller (pas de literie)

**L'utilisation des téléphones portables est fortement déconseillée pendant la sesshin.**

## Brigitte Sei Riki Stark



**Brigitte Sei Riki Stark** est une nonne zen et sera responsable de l'enseignement pendant la sesshin. Après une période de recherche auprès de différents enseignants zen, elle rencontre Philippe Reiryu Coupey lors d'une sesshin en 1994. Elle devient son élève. En 1999, elle reçoit de lui l'ordination de nonne. Elle pratique au dojo de Stuttgart, dont elle est l'une des responsables. L'enseignement sera traduit en français.

**Brigitte Sei Riki Stark** ist Zen-Nonne und wird während des Sesshins für die Unterweisung verantwortlich sein. Nach einer Zeit des Suchens bei verschiedenen Zen-Lehrern, lernte Brigitte 1994 bei einem Sesshin Philippe Reiryu Coupey kennen. Sie wird seine Schülerin. 1999 erhält sie von ihm die Ordination zur Nonne. Brigitte praktiziert im Dojo Stuttgart und gehört dort zu den Verantwortlichen. Der Unterricht wird ins Französische übersetzt.

## Informations

Envoyez vos horaires d'arrivée et demandes de transport à  
François Jan : [frs.jan@gmail.com](mailto:frs.jan@gmail.com)