Lieu

Ermitage Accueil
23 rue de l'Ermitage
78000 Versailles

Ce lieu, à 15 km du centre de Paris, est spécialisé dans les sessions de connaissance de soi ou de ressourcement spirituel, dans un cadre datant du XVIIIe siècle.

Bus : Ligne 2, arrêt Berthier, passe près des gares :
Versailles Chantiers (RER Ligne N Paris Montparnasse)
Versailles Rive Gauche (RER Ligne C Paris bord de Seine)
RER : Ligne L (Paris Saint-Lazare, La Défense), arrêt Versailles Rive Droite

Informations et inscription

Alain Plaignaud : +33685520820
E-mail: alain@sumi-e.fr

Plus d'informations :
http://ecole.sumi-e.fr/evenement/stage-sumi-e-versailles-25-29-08-2020

Suivre l'Ecole Internationale de Sumi-e sur Facebook :
https://www.facebook.com/EcoleInternationaleDeSumiE

Coût

Enseignement : 500 € *(stage entier du 25 au 29 août, arrhes 150 €)*
200 € *(2 jours les 28 et 29 août, règlement en entier)*

Le prix comprend les fournitures de papier d'exercice, d'encre et de papier de riz, le prêt de pinceaux. Si possible apporter coussin, tapis de méditation.

Il ne comprend pas l'hébergement et la restauration, possibles sur place :
Restauration : petit-déjeuner 5 €, déjeuner, dîner 15 €
Hébergement : chambre individuelle 34 €, collective 26 €
Réservation : ermitage@fondacio.fr, +33139231980

www.sumi-e.fr
www.ecole.sumi-e.fr

Stage de peinture Sumi-e

25 - 29 août 2020

Dirigé par :
Beppe Mokuza Signoritti

Organisé par :
l'École Internationale de Sumi-e
à :
Versailles, France

Le *Sumi-e*

D'origine chinoise, cette méthode de peinture à l'encre de Chine appelée sumi-e a été introduite au Japon par des moines zen il y a plus de cinq siècles. Avec un simple pinceau, une barrette d'encre, une pierre et du papier de riz, on concentre son attention sur le moment présent. On laisse aller ses pensées, on élimine les tensions du corps grâce à une bonne posture et une respiration correcte.

Cette façon de peindre peut révéler la créativité de celui qui la pratique, le rendre plus sensible, plus attentif et plus harmonieux dans l'acceptation de soi, des autres et de ses propres difficultés et le mettre en lien avec la source de la vie qui est en lui. Les élèves travaillent tous ensemble dans l'harmonie et la concentration, dans une atmosphère calme et silencieuse. Il n'y a pas de compétition en vue d'un résultat, c'est un travail de patience qui vise à la fluidité du geste, comme si produire une fleur, un rocher, un bambou émanait naturellement de notre propre corps.

Le *Zazen* (méditation assise)

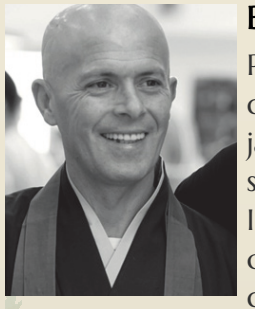
La méditation est complémentaire à la peinture, elle aide à trouver le juste état d'esprit et la concentration pendant la peinture. La participation à la méditation est facultative et est comprise dans le prix du stage.

Za signifie s'asseoir, *zen* signifie méditation, vérité. Dévoiler, par une assise correcte, l'esprit pur et originel qui existe en chacun de nous, souvent obscurci par nos pensées et par les tempêtes émotionnelles qui nous perturbent. La pratique régulière de zazen élimine le stress et l'agitation mentale qui sont souvent les causes de l'intolérance humaine et des conflits. Simplement assis, nous établissons un contact intime avec la profonde dimension spirituelle de notre existence, en respectant tous les êtres.

L'Ecole Internationale de Sumi-e

L'Ecole enseigne la méthode de peinture sumi-e de Beppe Mokuza Signoritti. Elle propose un cursus en 4 ans, qui est basé sur un programme de pratique approfondie des « quatre nobles » : bambou, orchidée, prunier, chrysanthème. La pratique est éclairée par un cycle de cours théoriques.
Alain Keigyo Plaignaud est président de l'école et y assure l'enseignement avec Beppe Mokuza Signoritti.

L'enseignant



Beppe Mokuza Signoritti, Maître Sumi-e et Zen

Président honoraire et fondateur de l'Ecole Internationale de Sumi-e. Il est l'un des plus grands maîtres de la peinture japonaise à l'encre Sumi-e en Europe. Depuis trente ans, il se consacre à ces pratiques avec engagement et constance. Il transmet ses enseignements dans le cadre de stages à courte et longue durée, démonstrations et conférences dans toute l'Europe.

Le programme complet (1)

Mardi 25 août

- 8h30 Accueil des participants
- 9h30 Sumi-e
- 12h30 Pause déjeuner
- 15h00 Sumi-e
- 19h00 Pause dîner
- 20h00 Zazen (2)

Du mercredi 26 au vendredi 28 août

- 7h00 Zazen (2)
- 8h30 Pause petit-déjeuner
- 9h30 Sumi-e
- 12h30 Pause déjeuner
- 15h00 Sumi-e
- 19h00 Pause dîner
- 20h00 Zazen (2)

Samedi 29 août

- 7h00 Zazen (2)
- 8h30 Pause petit-déjeuner
- 9h00 Sumi-e
- 12h30 Pause déjeuner
- 14h30 Sumi-e
- 17h30 Rangement
- 18h00 Fin du séminaire

Notes :

(1) Il est possible de ne participer que les vendredi 28 et samedi 29 août.

(2) La méditation zen est facultative.