

Ce n'est pas le bonheur qui engendre la gratitude,
mais la gratitude qui engendre le bonheur

Programme

- Conférence "Gratitude?": 20 min
- Discussion + Questions/réponses: 30 min
- Initiation à la méditation: 15 min
- Café et thé: 40min
- Prix: votre sourire

Programma

- Leatuur: "Dankbaarheid?": 20 min
- Discussie + Vraag en antwoord: 30 min
- Inleiding tot meditatie: 15 min
- Coffee en thee: 40 min
- Prijs: uw glimlach

Schedule

- Lecture: "Gratitude?": 20 min
- Discussion + Questions and answers: 30 min
- Introduction to meditation: 15 min
- Coffee and tea: 40 min



Si vous souhaitez participer, renvoyez nous svp les infos suivantes par poste, email ou fax avant le 25 Mai.

If you wish to participate, please send us the following information to us by post, mail or fax before May 25.

Nom:

Prénom:

Adresse email:.....

Choisissez votre langue/your language:

- Français Nederlands
 English other language

Par quell canal avez-vous reçu cette invitation?

- dans votre boîte à lettres
 par votre ami(e)



Centre Bouddhiste Shinnyo

Rue Belliard 193, 1040 Bruxelles, Belgique
T: +32.(0)2.280.26.49. F: +32.(0)2. 280.20.49.
office.belgium@shinnyo.info www.shinnyo-en.org

4^e Porte Ouverte

La Gratitude
comme clé
de notre
Bonheur
selon le
Bouddhisme
de Shinnyo

**DIM 26 MAI 2013
A PARTIR DE 14:00**

Centre Bouddhiste Shinnyo

Rue Belliard 193, 1040 Bruxelles, Belgique
T: +32.(0)2.280.26.49. F: +32.(0)2. 280.20.49.
office.belgium@shinnyo.info www.shinnyo-en.org

La Gratitude

comme clé de notre

Bonheur

selon le

Bouddhisme de Shinnyo

4^e Porte Ouverte

Dim 26 Mai 2013

A partir de 14h

Centre Bouddhiste Shinnyo
Rue Belliard 193
1040 Bruxelles,
T: +32.(0)2.280.26.49.
office.belgium@shinnyo.info
www.shinnyo-en.org

CONFÉRENCE: "Gratitude?"

- un antidote fort contre les sentiments de cupidité, jalousie, ressentiment, tristesse, insatisfaction et souffrance...
- Comment cultiver ce sentiment de gratitude?



Lecture: "Gratitude?"

- Strong Antidote against feelings of greed, jealousy, resentment, grief, unsatisfaction and suffering...
- How to achieve it?

INITIATION à la Méditation

Calmez votre esprit à travers la méditation



INTRODUCTION TO MEDITATION

Experience tranquility through meditation

BUFFET!!!

Venez vous détendre à la cafetaria en dégustant de délicieux plats faits maison!



CAKE TIME

Have a break at the cafeteria, where a selection of home made cakes and sweets of different countries are waiting!