

RETRAITE DE PÂQUES



"J'ai touché le lieu
où la priorité n'est plus ma vie
mais LA vie.
C'est un espace
d'une immense liberté."
Christiane Singer

Méditation Vipassana

Avec Anne Michel

Du jeudi 5 au samedi 14 avril 2012
Ou du jeudi 5 au lundi 9 avril

La méditation Vipassana permet à la conscience de se fortifier pour savoir accueillir, en vérité et avec amour, les différentes expériences de la vie.

Comment pouvons-nous rester présents même lorsque nous nous sentons menacés ou irrités ? Lorsque la Pleine Conscience nous accompagne dans nos actes quotidiens, nos habitudes réactives n'ont plus l'espace d'exprimer ce qui est non bénéfique. Le silence intérieur s'installe tout naturellement, ainsi que l'accueil généreux à l'autre et à la vie.

Lieu : Ancienne Chartreuse de la Part-Dieu, 1630 Bulle. Pour y accéder : sortir de l'autoroute à Vaulruz, à l'entrée ouest de Bulle (après Vuadens), prendre la 1^{ère} rue à droite après le premier garage : Rte de La Part-Dieu. Aller tout droit, puis passer le pont à gauche. Continuer sur la route de La Chia en tirant toujours sur la droite (petits écriteaux jaunes). Monter dans la forêt, continuer tout droit, chemin non goudronné. Parquer devant les murs d'enceinte de la Chartreuse. Pour ouvrir le portail en bois, tirer la chevillette sur la gauche de la porte.

Si vous arrivez en train, merci d'appeler quelques jours avant le cours, pour qu'on vienne vous chercher à la gare.

Début du cours : Jeudi 5 avril à 19 h. (repas léger). **Merci d'arriver entre 17 et 18 h 30.**

Fin du cours : Samedi 14 avril à 16 h 30, ou lundi 9 avril à 16 h 30, pour ceux qui font la retraite partielle.

Prendre avec soi : un tapis de sol et un coussin de méditation, une couverture, **des habits très chauds**, des chaussures d'intérieur, des vêtements pour l'extérieur... Duvets et literie sont à disposition, mais pas les linges de toilette.

Prix du stage : Frs 300.- , pour les 4 jours, ou frs 650.- pour les 9 jours, à payer sur le CCP de l' Association Mudita ,1000 Lausanne, no 17-132929-5.

Ce prix comprend les frais d'hébergement, de nourriture, d'organisation, et le salaire du cuisinier.

DANA : Selon la tradition, les enseignements, considérés comme étant trop précieux pour être monnayés, et pour être accessibles à chacun, s'offrent sur donation. Les enseignants dépendent pour leur subsistance des dons offerts librement à la fin des cours.

Renseignements :
Anne Michel
Tél : 0041 (0)21 653 71 63
www.mudita.ch



Inscriptions : Association Mudita
Contact : Claire et Jean Chevalley
Tél : 0041 (0)26 924 75 43
Mail : info@mudita.ch