

MEDITATION VIPASSANA

Avec Anne Michel

Vivre le passage à une nouvelle année en silence

Du 27 décembre 2017 au 1er janvier 2018



Il ne faut rien chercher
qui serait extraordinaire.
L'extraordinaire
est dans la profondeur
de l'ordinaire.

K. G. Dürckheim

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, la vérité, le Dharma, parle en nous et 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 : Maison Mudita, 1657 Abländschen. Dans le village de Jaun, prendre à droite (ne pas aller tout droit sur le Jaunpass !) et faire environ 7 km. Avant d'arriver à Abländschen, il y a un contour en épingle à cheveu sur la droite. La maison est le grand chalet à gauche après le contour. Si vous arrivez en train, il y a un bus depuis Bulle pour Jaun. Merci d'appeler quelques jours avant le cours, pour qu'on organise les transports depuis Jaun.

Début du cours : Mercredi 27 décembre, à 19 h. (repas léger). Merci d'arriver entre 17 et 19 h.

Fin du cours : Lundi 1er janvier, vers 16 h 30.

Prendre avec soi : fourre de duvet, taie d'oreiller et drap (duvets et oreillers sont sur place, ainsi que des couvertures), tapis de sol, coussin ou banc de méditation, chaussures de marche et d'intérieur, vêtements chauds (nous sommes à 1300 m d'altitude), linges de toilette, etc

Prix du stage: Frs 350-, 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. Si ce montant est trop élevé pour vos possibilités actuelles, vous pouvez prendre contact avec nous pour adapter le prix.

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 : 021 653 71 63
www.mudita.ch



Inscriptions : Association Mudita
Contact : Claire et Jean Chevalley
Tél : 026 924 75 43
Mail : info@mudita.ch