

Retraite en Silence

Les Cinq Facultés Propices à l'Éveil

Avec Anne Michel et Meg Gawler

Du vendredi 5 au mardi 9 juillet 2019



Un disciple développe cinq facultés qui mènent à la paix et à l'éveil : confiance, effort, pleine conscience, concentration et sagesse ... C'est ainsi que beaucoup ont atteint l'accomplissement et la perfection du savoir direct.

~ le Bouddha
MN 77.18

Le Bouddha a souligné le fait que la souffrance est malléable et que nous pouvons nous en libérer. Il a décrit cinq facultés qu'il nous faut développer afin d'y parvenir : confiance, effort, pleine conscience, concentration et sagesse. Ces cinq facultés sont des compétences que nous avons déjà, à un certain degré. Lorsque nous les reconnaissons et les cultivons elles deviennent une aide précieuse sur le chemin vers la libération.

Lieu : Maison Mudita, 1657 Abländschen. Dans le village de Jaun, prendre à droite 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 stage : Vendredi 5 juillet 2019 à 19 h (repas léger). **Merci d'arriver entre 17 et 18 h 30.**
Fin du stage : Mardi 9 juillet 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 (il y en a aussi sur place), chaussures de marche et d'intérieur, vêtements chauds (nous sommes à 1300 m d'altitude), linges de toilette, etc...

Prix du stage : Frs 280.- pour les 4 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

Bio – Meg Gawler

Meg Gawler a commencé à pratiquer le Bouddhisme en 1968 en tant que disciple du maître Zen, Shunryu Suzuki Roshi, y compris plus de trois en tant que monastique Zen. Meg a fait un Masters en Ecologie appliquée et a embarqué dans une carrière internationale dans la conservation de la nature et le développement humain. Elle a continué sa pratique dans la tradition Theravāda, en étudiant avec Gil Fronsdal, Jack Kornfield, Joseph Goldstein et autres. Autorisée en tant qu'enseignant du Dharma par Jack Kornfield et ensuite par Gil Fronsdal, Meg détient également un Masters en Études bouddhistes, spécialisées dans les anciens textes Theravāda. De plus, Meg enseigne le Qigong dans la tradition « Cœur Radieux » de Teja Bell. Quelques-uns de ses discours et méditations guidées sont disponible ici : <http://www.audiodharma.org/teacher/272/>.