

MEDITATION VIPASSANA

Retraite en Silence avec Tisārā du 6 au 10 ou au 8 octobre 2023



Les Cinq Empêchements - comment reconnaître ce qui nous travaille

Le désir et l'aversion, l'agitation et la somnolence et le doute sont des énergies troublantes que nous rencontrons tous sur notre chemin de pratique. Les reconnaître, savoir quels remèdes utiliser pour les apaiser, pour les surmonter prends du temps et de l'énergie. Durant cette retraite nous allons explorer l'approche que nous recommande le Bouddha envers ces états qui nous empêchent de voir clair .

Tisārā pratique depuis une vingtaine d'années en suivant des traditions issues du Theravada. En 2005, elle rejoint la Sangha dans la lignée des moines de la forêt d'Ajahn Chah en Angleterre. Après 15 de vie en communauté, elle a quitté la forme monastique. Depuis, elle continue de partager son expérience du chemin et enseigne régulièrement à la Maison Mudita.

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 cours : Vendredi 6 octobre à 19 h. (repas léger). Merci d'arriver entre 17 et 19 h

Fin du cours : Dimanche 8 octobre ou Mardi 10 octobre à 16 h 30

Prendre avec soi : fourre de duvet, taie d'oreiller et drap (duvets et oreillers sont sur place, ainsi que des couvertures), 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, frs 140.- pour le weekend. Ce prix comprend les frais d'hébergement, de nourriture, d'organisation, et le salaire des cuisiniers. Votre inscription devient effective avec le versement du montant total du cours sur le CCP de l'Association Mudita, 1000 Lausanne, no 17-132929-5. 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, 078 693 31 73
Mail : info@mudita.ch



Inscriptions : www.mudita.ch
Contact : Adriana Orellana
Tél : 076 330 58 16
Mail : adriana@mudita.ch