

Retraites personnelles en Silence du 7 juillet au 6 août 2023

Avec le soutien de Tisārā.



Pour un mois en été, la Maison Mudita accueillera des personnes qui ont une pratique établie et qui voudraient s'engager pour un temps plus ou moins long de pratique formelle individuelle en silence.

Pour soutenir les méditants, un horaire est proposé avec des temps de pratique en groupe (puja du matin et soir, possibilité d'écouter un enseignement enregistré). Pour chacun, il y aura une ou deux heures chaque jour de collaboration active pour la cuisine, le nettoyage et l'entretien de la maison.

Tisārā sera disponible pour des entretiens individuels et assurera la permanence pour le mois.

Cette retraite se fera uniquement sur base de dāna, tant pour la nourriture et le logement que le soutien offert par Tisārā.

Inscriptions – nous vous demandons de commencer votre temps de retraite soit un mercredi, soit un vendredi, et de rester un minimum de trois jours.

Lieu : Maison Mudita, 1657 Abländschen.

Début : Vendredi 7 Juillet. Ensuite chaque mercredi et vendredi jusqu'au 4 août.

Merci d'arriver entre 16 h et 18h 30. **Fin** – Dimanche 6 août ou selon votre choix.

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... Il sera possible de faire la lessive pour les personnes restant plus d'une semaine.

A disposition sur place : tapis de sol, coussins et bancs de méditation.

Directions: Aller en direction de Bulle-Charmey-Jaun. Après le village de Jaun, prendre à droite direction Abländschen (ne pas aller sur le Jaunpass), suivre Abländschenstrasse sur environ 8 km. Passer le restaurant Zitbödéli, monter encore 1 km, puis faire le virage en épingle à cheveux sur la droite qui mène au haut du village. La Maison Mudita est le grand chalet en haut à gauche après le virage. Si vous arrivez en train, il y a un bus depuis Bulle pour Jaun, la maison est à 7 kilomètres de l'arrêt de bus . Il n'y aura pas de co-voiturage organisé.

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