

Retraite de Pentecôte avec Sophie Boyer

Le mouvement de l'être immobile

du 6 au 9 juin 2025



Les oiseaux ont disparu dans le ciel, le dernier nuage s'est évanoui. Nous sommes assis ensemble, la montagne et moi ; Jusqu'à ce que, seule, la montagne demeure.

Li Po

Le flot, le mouvement de la vie est imprévisible. L'instabilité et les changements qui l'accompagnent, viennent souvent questionner notre idée de la réalité, et notamment les croyances que nous avons sur nous-même ainsi que sur notre identité. Le Bouddha propose d'emprunter un chemin où la beauté et la liberté peuvent émerger au cœur de ce mouvement - le mouvement de l'être immobile. Lors de cette retraite, nous explorerons comment un regard ouvert, une attitude stable, ainsi qu'une perception claire peuvent laisser émerger une compréhension profonde de ce que peut vouloir dire l'identité. Une attention bienveillante permettant de révéler la nuance qui peut exister entre « se penser être » et « être » tout simplement.

*Après plusieurs années passées en soins infirmiers auprès des mourants, **Sophie Boyer** est devenue nonne bouddhiste au Myanmar dans la tradition Mahasi Sayadaw. Elle a rendu ses vœux après 2 ans et demi, et a été invitée par le Bodhi Collège à se former à l'enseignement du Dharma. Elle offre aujourd'hui des retraites en Europe. Elle enseigne également la méditation dans un centre de médecine intégrative au cœur d'un service d'oncologie à Genève.*



Lieu : Maison Mudita, 1657 Abländschen. Dans le village de Jaun, prendre à droite (ne pas aller sur Jaunpass) et faire environ 7 km. Avant d'arriver à Abländschen, après le restaurant du Zitbödéli, 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 de la retraite : Vendredi 6 juin à 19h (repas léger). Merci d'arriver entre 17h et 19h
Fin de la retraite : Lundi 9 juin vers 16h30

Prendre avec soi : Drap de lit, fourre de duvet et taie d'oreiller (duvets, oreillers et couvertures sont sur place), chaussures d'intérieur et de marche, vêtements chauds pour la marche (la maison est à 1300m d'altitude), linges de toilette, etc.

Prix : 210 frs. - à payer sur le compte de l'association Mudita, IBAN : CH06 0900 0000 1713 2929 5. Vous pouvez aussi payer en scannant le code QR en bas de la page. Ce prix comprend les frais d'hébergement, de transport, d'organisation, et le salaire du cuisinier. Si ce montant est trop élevé pour vos possibilités actuelles, n'hésitez pas à prendre contact avec nous pour adapter le prix.

DANA : Selon la tradition et pour être accessible à chacun, la rémunération des enseignants est faite sous forme de donation consciente - DANA. Les enseignants dépendent pour leur subsistance des dons offerts librement. Le paiement pour le dana se fait sur place à la fin de la retraite.

Renseignements :

Anne Michel

Tél : 021 653 71 63 / 078 693 31 73

Mail : info@mudita.ch

Inscriptions : www.mudita.ch

Christèle Pugin

Mail : christele@mudita.ch



Code QR
Association
Mudita

