

MEDITATION VIPASSANA

Retraite en Silence du 16 au 20 Septembre ou weekend du 16 au 18 avec Tisārā

Le Maha-Mangalā Suta est un texte ancien issu du Sutta-nipāta (Sn.ii.4) qui est récité quotidiennement par beaucoup de pratiquants, particulièrement dans la tradition du Theravada.

Il contient une série d'instructions pratiques sur la façon d'être qui mène aux bénédictions de la pratique, au bonheur. L'image pour moi est d'un cercle vertueux, ou les différents éléments de la vie extérieure et intérieure du pratiquant se soutiennent et se renforcent mutuellement.

En me basant sur ce texte, je vous propose d'explorer ensemble ce cercle vertueux de la pratique.



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 16 Septembre à 19 h. (repas léger). Merci d'arriver entre 17 et 19 h

Fin du cours : Dimanche 18 Septembre ou Mardi 20 Septembre 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
www.mudita.ch



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