

RETRAITE DE PÂQUES 2022

Méditation Vipassana avec Anne Michel

Du jeudi 14 au samedi 23 avril



L'effort sage n'est pas de faire
que quelque chose de spécial arrive.
C'est l'effort d'être conscient
et éveillé à chaque instant.

A. Chah

Thème de la retraite : la confiance dans le réel de la vie

L'impermanence est très évidente en cette période de pandémie, de défis écologiques et de déséquilibre économique. Anicca : les choses changent. Ce n'est pas un problème d'aujourd'hui. Le Bouddha enseignait ce réel il y a 2500 ans. La méditation nous permet de marcher sur le chemin de la vie avec confiance. Nous acceptons de mieux en mieux que parfois le doute émerge et nous pouvons voir que nous ne l'aimons pas. Parfois nous voyons que nous sommes plein d'assurance car les choses vont momentanément bien. La confiance ou la foi se construit sur la compréhension des choses telles qu'elles sont et non telles que nous aimerions les avoir. Nous donnons naissance à la sagesse qui respecte le mystère de l'instant.

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 : Jeudi 14 avril à 19 h. (repas léger). **Merci d'arriver entre 17 et 18 h 30.**

Fin du cours : Samedi 23 avril 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), chaussures de marche et d'intérieur, chaussures et vêtements chauds (nous sommes à 1300 m d'altitude), linges de toilette, etc...

Prix du stage : Frs 630.- pour les 9 jours, à payer sur le CCP de l' Association Mudita ,1000 Lausanne, no 17-132929-5.
ou IBAN : CH06 09000 0000 1713 2929 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 : 021 653 71 63, 078 693 31 73

Mail : info@mudita.ch



Inscriptions : en ligne www.mudita.ch

Contact : Adriana Orellana

Mail : adriana@mudita.ch