

Retraite personnelle en Silence

8 juillet – 7 août 2022

Avec le soutien de Tisārā

« Se retirer physiquement
du bousculement de la vie du monde
pour aller dans un lieu dans la nature
mène à la solitude de l'esprit
et à être libre de la confusion.

Alors, on a l'occasion de contempler le corps,
et c'est comme s'il était une maison,
et l'esprit quelqu'un qui vit dans cette maison.
Toutes ces choses se désintègrent tout le temps,
elles ne sont pas le moi,
mais notre sottise fait que nous nous y attachons
comme si elles étaient à moi » Ajahn Chah.



Pour un mois, entre le vendredi 8 juillet et le dimanche 7 août, la Maison Mudita est ouverte aux personnes qui ont une pratique établie et qui voudraient s'engager pour un temps plus ou moins long de pratique formelle individuelle.

Un horaire sera proposé pour soutenir les méditant(e)s, comprenant un temps de pratique en groupe le matin et le soir, et la possibilité d'écouter un enseignement enregistré. Il est demandé une heure ou deux par jour de collaboration active, selon le nombre de participants, pour la préparation du repas et l'entretien de la maison.

Tisārā sera disponible pour des rencontres individuelles et assurera la permanence pour le mois.

Lieu: Maison Mudita, 1657 Abländschen. Aller en direction de Bulle-Charney-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 de Bulle à Jaun. Et un taxi de Jaun à Abländschen. Tél 079 255 10 07

Début de vos jours de retraite: Le vendredi ou le mercredi entre 17 et 19h, soit le vendredi 8, 15, 22, 29 juillet, 5 août, ou le mercredi 13, 20, 27 juillet, 3 août, selon vos disponibilités.

Fin de vos jours de retraite : le dimanche entre 16 et 18 h, soit le 10, 17 24, 31 juillet, 7 août, dernier jour.

Merci de nous communiquer clairement vos jours d'arrivée et de départ.

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

Prix du stage: Cette retraite est sur dana, qui veut dire générosité, autant pour le paiement du stage que pour le soutien de l'enseignante pour laquelle il y aura une boîte à disposition pour votre dana.

Nous vous demandons d'évaluer ce que vous pouvez donner et de nous communiquer les jours où vous souhaitez venir et le prix auquel vous pouvez vous engager. Le prix indicatif est de frs 50.- par jour. A payer à l'Association Mudita, 1000 Lausanne, CCP no 17-132929-5 ou IBAN : CH06 09000 0000 1713 2929 5

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