

Retraite méditation-étude



par Kachen Lobsang Zöpa

La retraite est ouverte à toutes et à tous, bouddhistes et non-bouddhistes. Elle propose des cours journaliers de langue tibétaine pour débutants, des séances de méditation guidée et l'étude du *Soutra de la Pousse de Riz*.

**« Ô moines, quiconque voit la production interdépendante voit le Dharma.
Quiconque voit le Dharma voit le Bouddha »**

Cette œuvre fondamentale des débuts du Mahayana traite de tous les aspects de la production interdépendante et de la loi de causalité. Elle offre une introduction directe aux principes fondamentaux de la pensée bouddhiste.

Au travers d'une approche conjointe de la méditation et de la réflexion, l'esprit déjoue progressivement les mécanismes de la souffrance et naturellement s'apaise.

Infos pratiques:

Dates: du 19 au 27 septembre 2009
Début du cours: le vendredi 18, 20h
Fin du cours: le dimanche 27, 10h

Prendre avec soi : Un drap et un duvet ou un sac de couchage, un tapis de sol et un coussin de méditation, de quoi écrire et prendre des notes, des chaussures de marche et d'intérieur, des habits chauds.

Prix du stage: Frs 390.- pour les membres de l'Association Shantideva. Frs 490.- pour les non-membres. Ce prix comprend les frais d'hébergement, de nourriture et d'organisation.

Dana: Conformément à la tradition, les enseignements sont gratuits. Les moines, enseignants du Dharma et l'Association Shantideva dépendent donc de la générosité des participants pour vivre et fonctionner.

Lieu: Heidi's Guesthouse, Frenières-sur-Bex
Accès: Sortie autoroute Bex Lavey. Passez au centre de Bex. Suivre les voies de chemin de fer sur 1 km après le village. Au carrefour, prendre la direction Les Plans. Frenières se situe sur cette route à env. 5 km.
www.guesthouse.ch/Guesthouse/Acces.html

Inscriptions: Le nombre de places est limité à 10 personnes. L'inscription est effective après paiement sur le CCP de l'Association Shantideva No 10-232802-7

Contact: Joana Caeiro, tel. 078/712 51 62
joanacaeiro@hotmail.com