

MEDITATION ET ENTRAÎNEMENT MENTAL

Retraite 2017

Dachang Vajradhara Ling – Domaine du Château d'Osmont – 61120 AUBRY LE PANTHOU



Présentation

« Méditation et entraînement mental » est une retraite silencieuse destinée à tous ceux qui souhaitent découvrir et expérimenter des techniques visant à développer le calme mental et les performances de leur esprit (capacité d'observation, vivacité, mémoire, équilibre intérieur, ...). Cette retraite est ouverte à tous, Bouddhistes ou non Bouddhistes.

C'est l'occasion de découvrir et de s'approprier des méthodes basées sur l'entraînement du mental, et d'expérimenter, par leur mise en pratique, un ensemble de bienfaits qui peut se manifester sur les plans physique et psychologique.

C'est aussi la possibilité de recevoir des enseignements, issus de traditions authentiques, qui sont transmis en alternance avec des périodes de mise en pratique.

Le Vénérable Lama Gyourmé qui est le responsable des Centres de Kagyu Dzong à Paris et Dachang Vajradhara Ling en Normandie, donnera une initiation à ceux qui le souhaitent, la dernière journée de la retraite.



Au cœur de la retraite un mandala pour la paix dans le monde

Cette année, nous aurons le plaisir d'accueillir les moines de Sera Mey qui réaliseront à l'occasion de cette retraite un mandala pour la paix dans le monde. Ils seront accompagnés par **Jiling Tongkhor Rinpoché** (https://www.youtube.com/embed/4jgKpINRq_U), que vous pourrez rencontrer, si vous le souhaitez, dans le cadre de consultations privées d'astrologie Tibétaine.



Les intervenants

Des explications précises sur chaque sujet traité seront données par Pierre Bourges qui est psychologue de formation et qui a lui-même appris ces techniques auprès de grands Maîtres en Inde et en France.

Participent également à l'animation de cette retraite, l'ensemble des Lamas de la Congrégation, ainsi que Géraldine Bonnin et Luc Vang pour des moments de pratique en commun, ou dans le cadre d'ateliers optionnels (Assouplissement corporel, Instruments de musique, Qi-gong...).

Par ailleurs, Anne Godin, Serge Arcucci et Romain Hélie proposeront des soins de Reiki (il s'agit d'un système de guérison naturel holistique dont les origines proviennent du bouddhisme et du shintoïsme qui consiste à canaliser l'énergie universelle afin de la rediriger vers une personne par imposition des mains. L'énergie agit sur différents aspects de l'être humain, et peut donc apporter un soutien sur les plans physique, émotionnel et mental).



Dates :

Du 14 au 17 juillet 2017. Il est recommandé d'arriver le 13 juillet au soir pour une présentation qui vous sera proposée à 21h30.

Il est également possible de participer à trois journées qui auront lieu en prolongement de la retraite, du 18 au 20 juillet. Ces trois jours sont plus particulièrement destinés aux personnes qui ont déjà participé à cette retraite au cours des années précédentes. Les participants pourront se replonger dans des pratiques individuelles de plus longue durée et/ou recevoir des explications complémentaires sur la pratique quotidienne, données par Anne Saily, qui développe régulièrement ces techniques au sein du Gomdé de Poitiers ainsi qu'à Dachang Vajradhara Ling.

Vous pouvez aussi prolonger cette retraite à Mahamoudra Ling ou à Vajradhara Ling à la période de votre choix. Inscription directement auprès du site choisi :

contact@vajradharaling.org

mahamoudraling@vajradharaling.org



Tarif :

Les enseignements sont gratuits, seuls restent à la charge des participants le coût de l'hébergement et de la restauration. Les tarifs sont les suivants **par jour de pension complète** :

35 € en camping

48 € en chambre double

41 € en chambre collective (4 lits) ou dortoir

55 € en chambre individuelle (pour les 10 premières demandes)

Drap de dessus et dessous fournis

Compte tenu du nombre important de participants, il est aussi possible de se faire héberger dans des hôtels ou gîtes proches du lieu de la retraite. Dans ce cas, seuls les repas resteront à votre charge ainsi qu'un forfait journalier de 8 € destiné à l'entretien du centre : Petit-déjeuner 6 € - Repas seul 13€ - Forfait 2 repas : 20 € - Soit pour une journée sans hébergement avec 2 repas et petit déjeuner : 34 €

Si vous le souhaitez, vous pourrez, par ailleurs, participer à la constitution d'une offrande collective qui sera remise aux Lamas.



Dans tous les cas, il est souhaitable de nous retourner votre bulletin d'inscription le plus rapidement possible ; les réservations de chambres et les inscriptions Consultations astrologiques et Reiki seront faites en fonction des dates de réception.

Pour ceux qui traversent une situation difficile, un tarif étudié peut vous être proposé. Merci de nous contacter au moment de l'inscription.

Contact :

Florence et Pierre Bourges

Droup Gyu Ling – 2 Rue de la Coussotte - La Roche Rimbault - 86600 Saint Sauvant.

 florenceetpierre@aol.com -  05.49.43.97.84 (le soir de préférence)

<http://florenceetpierre.wix.com/les-gites-du-sentier>