

Retraite de Méditation Vipassana en ligne via Zoom Nouvel-An ou en présentiel dans la Salle Vimalakirti à Genève

Du Dimanche 27 décembre 2026 au Vendredi 1er janvier 2027

La méditation **Vipassana** requiert le développement d'une présence à chaque instant, une ouverture à la réalité présente, sans parti pris.

Chaque jour, une session de pratique de la bienveillance ou de compassion sera proposée pour se relier à la dimension du coeur.

Cette retraite comprendra des instructions pour la méditation en position assise, debout et en marchant, des exposés sur le sens de la pratique ainsi que des périodes de questions et de réponses.

Bien qu'une retraite à domicile soit différente d'une retraite résidentielle, elle donne l'occasion de pouvoir cultiver la sagesse et la compassion en compagnie d'autres personnes. Elle offre aussi un soutien précieux pour éprouver, de manière soutenue, la méditation dans son cadre de vie.

Horaire des sessions en ligne:

Dimanche 27 décembre: 19h00 à 20h30

Lundi 28 au Mercredi 30 décembre:

9h00 à 10h00, 14h30 à 15h15, 15h45 -16h30, 19h30 à 20h15, 20h30 à 21h00

Jeudi 31 décembre:

9h00 à 10h00, 14h30 à 15h15, 15h45 à 16h30, 19h30 à 20h15, 20h30 à 21h30

Vendredi 1er janvier: 9h00 à 9h30, 10h00 à 11h00

Les débutants.es ainsi que les pratiquants.es expérimentés.es sont bienvenus.es

Charles et Patricia vous demandent de bien vouloir vous engager à participer pleinement à la retraite du début à la fin.

Veillez également vous assurer que vous avez :

- un téléphone, une tablette ou un ordinateur portable avec caméra et microphone et une connexion internet stable.
- des conditions propices à l'assise de méditation dans la tranquillité.

Note : La pratique de la méditation consciente est contre-indiquée dans certaines circonstances. Si vous souffrez de problèmes psychologiques importants, il n'est pas conseillé de s'inscrire à cette retraite. Veuillez noter que votre participation est sous votre propre responsabilité.

Inscriptions ouvertes dès maintenant - dernier délai le 22 décembre
au moyen du formulaire ci-dessous (pas par courriel)

Frais administratifs: Euros 70 ou Chf 70 (sans remboursement) comme participation à la location de la salle, l'abonnement zoom et les frais wifi.

La retraite est proposée sur la base du Dana (générosité) de la part des enseignants.

Après vous êtes inscrit(e), vous recevrez un courriel contenant des informations pratiques pour vous aider à préparer votre retraite ainsi qu'une suggestion d'horaire journalier.

Vous recevrez les liens d'accès à la plateforme Zoom et les liens pour effectuer une donation aux enseignants.

L'équipe du centre de méditation Vimalakirti