

ESPACE MEDITATIF

ASSOCIATION DE MEDITATION BOUDDHIQUE

RETRAITE DE VILLE encadrée par Patricia Genoud

Thème Méditation liée à la vie au quotidien

du 16 au 20 novembre 2022

Cette retraite de méditation Vipassana, en ligne, comprend des séances le matin de 7h30 à 8h et le soir de 19h à 20h30 ainsi qu'une heure et demie de temps le samedi 19 novembre et dimanche 20 novembre de 10h à 11h30

Les participants.tes s'engagent à être présents.es le plus possible

L'accent sera mis sur le lien de la méditation à la vie de tous les jours en explorant la pleine conscience et les qualités qui s'y rattachent.

Chaque matin, des instructions seront proposées afin de les expérimenter la journée et le soir il sera proposé un temps de méditation et de partage ainsi que des réfléxions sur le dharma.

Frais de stage : Euros 20 (non remboursable) soutien au frais de fonctionnement.

Le lien pour vous inscrire et payer est sur le site Espace Méditatif

Vous recevrez le lien zoom quelques jours avant l'évènement.

Pratique de la générosité (dana):

Selon la tradition bouddhique, aucune somme d'argent n'est demandée pour l'enseignement, cependant Patricia n'a pas de revenus provenant d'une activité professionnelle.

Pour faire face aux nécessités de la vie matérielle, elle dépend du soutien des participants. A la fin de la retraite, il est donc fait appel à la générosité de chacun et chacune.

Elle vous en remercie sincèrement!

Au plaisir de vous retrouver bientôt pour échanger et méditer ensemble