



# Les Marelles

## Retraite d'été 2026

### Du 1er au 15 août

## Vipassana



### Pratique du dāna pour les enseignants :

Le dāna, terme pali désignant la pratique du don, s'ancre dans une tradition vivante de générosité et de transmission.

À travers les générations, les enseignants et les enseignantes offrent leur connaissance sans contrepartie, soutenus en retour par la générosité des méditants.

### CONTACT ET INFORMATION:

Centre de méditation bouddhique Vimalakirti Genève

Inscriptions **uniquement** au centre Vimalakirti

[www.vimalakirti.org](http://www.vimalakirti.org)

[info@vimalakirti.org](mailto:info@vimalakirti.org)

Patricia Genoud-Feldman

Charles Genoud

Sandrine Rauter

Cécile Roubaud

sera assistante pour la  
première semaine.

**Remarques** : ce stage intensif est réservé à la pratique de la méditation et se déroulera **en silence**. Des périodes de méditation assise alterneront avec la méditation en marchant, les méditants et les méditantes auront l'opportunité de participer aux travaux de la maison pendant une heure de travail méditatif par jour.

**Dates:**

Début :

Soit le samedi 1er août dès 17h

Soit le samedi 8 août dès 17h

Fin de la retraite :

Soit le samedi 8 à 11 h

Soit le samedi 15 à 11 h

**Prix par semaine:**

En chambre de 2 lits: € 540.

En chambre de 3 à 5 lits : € 520.

En chambre de 1 lit € 580.

En caravane à un lit: € 480.

**Prix pour la retraite:**

En chambre de 2 lits: € 1080.

En chambre à 4 : € 1040.

En chambre de 1 lit € 1160.

En caravane a un lit: € 960.

Le nombre de chambres simples est limité.

Nous avons ajouté des ventilateurs dans certaines chambres.

Le confort est relatif, la retraite s'adresse donc à des personnes prêtes à partager les sanitaires avec d'autres participants, une partie des sanitaires est à l'extérieur.

Si le confort est rudimentaire, les Marelles est un lieu plein de charme.



La méditation **Vipassana**, telle qu'elle est pratiquée dans le sud-est asiatique, requiert le développement d'une présence de chaque instant. L'attention portée au corps permet de calmer l'esprit, puis le méditant, la méditante, étend celle-ci au surgissement spontané des diverses expériences sensorielles, des émotions et des pensées. Ceci peut l'amener à réaliser la nature éphémère et insaisissable de l'existence. La méditation est une ouverture à la réalité du présent, sans parti pris.

## Le lieu

### Les Marelles en Ardèche

Le pays de Crussol est situé à hauteur de Valence, sur les collines de l'Ardèche, à la limite du climat et du paysage méridional. Ici règnent les châtaigniers, les chênes et les genêts. Avec ses rivières claires et vives, la région, très vallonnée, offre des paysages d'une étonnante diversité...

À 750m d'altitude... En pleine forêt, Marelles semble être au bout du monde.

### Accès en train:

Transport en commun : Train ou TGV jusqu'à Valence ville, puis le car en gare routière (demander la direction de Vernoux, descendre à Boffres où nous viendrons vous chercher)

### Accès en voiture:

À Valence prendre la RN 533, traverser St-Peray, direction le Puy jusqu'à Albuissière (18km). Puis prendre la D219, direction Vernoux jusqu'à Boffres. Avant la sortie du village, prendre la D332 direction Grozon. Roulez 2,1 km. Prendre à droite, encore 800m, vous êtes arrivés !