

Une retraite de pleine conscience selon l'enseignement de Thich Nhât Hanh

avec
les Moines et les Moniales du
Monastère Blue Cliff

Du 19 au 22 mai 2017

Éveiller la source de la
compréhension; Ouvrir la voie de
l'amour



au Village des Érables
50, Chemin Summit,
Bolton-Ouest, Québec

Les enseignants

Cette retraite sera guidée par les moines et les moniales du Monastère de la Falaise bleue (Blue Cliff). Ces Dharmacaryas sont les disciples du Vénérable Thich Nhât Hanh. Depuis 1985, ils ont guidé plusieurs retraites ou Journées de Pleine Conscience au Village des Érables et dans différentes villes du Canada.

Le Village des Érables

Le Village était fondé en 1985 par la Société Bouddhique Les Érables dans la conviction que le bouddhisme, tel qu'il est enseigné et pratiqué selon la tradition Thich Nhât Hanh, peut apporter de nombreux bénéfices aux Canadiens. Le Village est un grand domaine boisé au sein de la campagne vallonnée des Cantons de l'Est, près de Bolton-Ouest, à 110 km de Montréal. Se promener le long des sentiers, découvrir à chaque pas nombre de plantes et d'animaux, c'est donner naissance en nous à un sentiment de sérénité et de gratitude à la vie dans toutes ses manifestations. Loin du bruit et de la pollution des villes de béton, notre esprit retrouve sa vraie nature.

Pendant la retraite, la Sangha se réunit dans la bâtisse principale qui comprend une grande salle de méditation à l'étage. Le rez-de-chaussée comporte le réfectoire et les toilettes. Le sous-sol est converti en dortoir simple et rustique avec des lits étagés et des matelas-mousse. Dans les nombreuses clairières avoisinantes, il y a beaucoup

d'espace pour le camping, car de nombreux retraitants préfèrent dormir à l'extérieur, sous les tentes.

Thème

Éveiller la source de la compréhension; Ouvrir la voie de l'amour

La pratique de la Pleine Conscience nous révèle que la voie de l'amour véritable n'est pas possible sans la compréhension.

Comment pratiquer pour éveiller la source de la compréhension?

Comment pratiquer pour ouvrir la voie de l'amour?

Nous explorerons ensemble avec nos moines et moniales du Monastère de Blue Cliff pourquoi la compréhension et la voie de l'amour est si important pour notre propre bonheur et la remède idéale pour nos tracas de tous les jours.

Fiche d'inscription

NomPrénom:

.....
.....

Adresse:

.....
.....
.....

Téléphone:

E-mail:

Joindre:

Chèque pour un montant
de:\$

Information additionnelle:

Je voudrai prendre les 5
entraînements: Oui () Non ()

J'apporte ma tente: Oui () , Non ()

Co-voiturage:

J'ai besoin de place(s)

J'offre place(s)

* Important :

Si vous ne pouvez pas venir à cette
retraite mais vous désirez être sur la
liste de distribution, veuillez remplir ce
formulaire et l'envoyer à l'adresse
suivante:

Société Bouddhique Les Erables

4029, avenue Hampton
Montréal, QC H4A 2L1

Emploi du temps d'une journée type:

5h45	Réveil
6h30-7h45	Méditation assise
8h00	Déjeuner
9h30-11h00	Discours du Dharma
11h15-12h15	Méditation marchée
12h30-13h30	Dîner
13h30-14h30	Temps libre
14h45-15h30	Travaux communautaires
15h30-17h00	Discussion du Dharma
17h00-17h45	Relaxation totale
18h00-19h30	Souper
20h00	Activités
21h00	Méditation assise
22h:00	Coucher-Pratique du Noble Silence

Quoi apporter ?

Sac de couchage, drap et oreillers,
serviettes et articles de toilette, lampe-
torche, imperméable, vêtements chauds,
chasse-insectes, médicaments, stylo, carnet
de notes et un chaleureux sourire.

Inscription

Veuillez remplir le formulaire d'inscription et
l'envoyer à l'adresse indiquée dans le
formulaire.

L'inscription sur place se fera à partir de
18h30 le jeudi 19 mai. La séance
d'orientation débute à 20h30. Il n'y a pas de
souper servi le soir du jeudi.

Les frais couvrent le logement et les repas
végétariens.

Frais : 310 \$ Can

Une remise de 50% est accordée au
conjoint ou à la conjointe d'un couple,
soit 310\$ + 155\$ = 465\$ au total

Veuillez remplir le formulaire
d'inscription avec votre chèque à l'ordre
de:

Société Bouddhique Les Érables

et l'envoyer à

4029, avenue Hampton
Montréal (Québec) H4A 2L1

Pour information, veuillez contacter :

Société Bouddhique Les Érables

Courriel:

village_des_erables_canada@yahoo.ca