

Une retraite de pleine conscience dans la tradition de Thich Nhât Hanh

avec
les Dharmacaryas
du Village des Érables

Du 31 août au 3
septembre 2018



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

Les enseignants

Les retraites sont guidées par les Dharmacaryas du Village des Érables ou par les moines et les moniales des monastères affiliés au Village des Pruniers. Les Dharmacaryas du Village des Érables sont des disciples laïques du Vénérable Thich Nhât Hanh et tous ont reçu la Transmission de la Lampe du Maître. 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 de 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.

Fiche d'inscription

Nom _____

Adresse: _____

Téléphone : () _____
() _____

Courriel :

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 Érables

4029, avenue Hampton
Montréal (Québec) H4A 2L1

Courriel :

Village_des_erables_canada@yahoo.ca

Emploi du temps d'une journée type:

06h00	Réveil
06h30-07h45	Méditation assise
08h00-09-00	Déjeuner
09h30-11h00	Discours du Dharma
11h15-12h15	Méditation marchée
12h15-13h30	Dîner
13h30-14h30	Temps libre
14h30-16h30	Discussion du Dharma ou Travaux en Pleine Conscience
17h00-17h45	Relaxation
18h00-19h30	Souper
19h30-20h45	Discussion du Dharma Session plénière
21h00-21h30	Méditation assise
22h00	Bonne nuit

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 de 19h00 à
20h30 le jeudi. La séance d'orientation
début à 20h30. Il n'y a pas de dîner le soir
du jeudi.

Les frais couvrent le logement et les
repas végétariens.

Frais : 310 \$ Can

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

Société Bouddhique Les Érables

4029, avenue Hampton
Montréal (Québec) H4A 2L1

Pour information, veuillez contacter :

Société Bouddhique Les Érables

Courriel:

village_des_erables_canada@yahoo.ca