

OCTOBRE 2015

Dates et prix

Du 15 au 25 octobre 2015

Le prix est de CHF. 890.- ou Euro 750

Il comprend:

la prise en charge à l'aéroport de Marrakech
3 nuits d'hôtel à Zagora, Ait Ben Addou et Marrakech
7 nuits en bivouac,
les transports internes,
la pension complète (sauf à Marrakech)
le prêt des tentes et des matelas (1 tente pour 2 personnes)

les frais de déplacement et d'hébergement pour les enseignants

Ne sont pas compris:

Les boissons et les repas à Marrakech
Les vols internationaux
Les pourboires (chauffeurs, guides locaux)
Les dépenses personnelles ainsi que le dana pour les enseignants.



Méditation dans le désert

avec Pascal Auclair et
Charles Genoud



Pratique du dana pour les enseignants :

Selon la tradition bouddhique, aucune somme d'argent n'est demandée pour l'enseignement, cependant les enseignants n'ont pas de revenu provenant d'une activité professionnelle. Pour faire face aux nécessités de la vie matérielle, ils dépendent du soutien des participants. A la fin du stage, il est donc fait appel à la générosité de chacun et de chacune.

Organisation: Centre Vimalakirti avec la collaboration de l'agence Pèlerinages d'Orient.

Pèlerinages d'Orient, Charles Genoud, Albert Gos 18, 1206 Genève
info@p-orient.com



MEDITATION

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 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.

PRESENCE DU GESTE

Dans la pure présence, l'expérience sensorielle de l'instant est libre des constantes créations imaginaires qui conditionnent notre comportement.

Les techniques formelles de méditation permettent l'atteinte d'une certaine liberté.

La pratique de la présence du geste introduit une qualité de présence similaire, dans un contexte plus large : faire un pas, ouvrir les yeux ou poser la main sur l'épaule d'une autre personne par exemple.

Loin de la réserver au seul domaine spirituel, la pratique de la présence du geste intègre cette qualité de présence dans la vie quotidienne.

Programme

DATE	TRAJET	RESIDENCE
15.10.2015	Marrakech Zagora	Riad
16.10.2015	Zagora M'Hamid	Bivouac
17.10.2015	Méditation	
18.10.2015	Méditation	
19.10.2015	Méditation	
20.10.2015	Méditation	
21.10.2015	Méditation	
22.10.2015	Méditation	Bivouac
23.10.2015	Bivouac - Ait Ben Addou	Riad
24.10.2015	Ait Ben Addou Marakkech	Riad
25.10.2015	Vol de retour	



Il pourrait y avoir un léger changement de dates en fonction des vols d'easy Jet.

Le nombre de participants est limité à 20.



Charles Genoud

Il étudie et pratique le bouddhisme tibétain, ainsi que la méditation Vipassana, depuis 1970. Il fut élève du vénérable Géshé Rabten pendant plusieurs années; avec celui-ci il étudia la psychologie et la logique bouddhique au Centre d'études tibétaines de Tharpa Choeling en Suisse. Pendant plus de dix ans, il étudia la méditation avec Dilgo Kyentsé Rimpoché.

L'approche particulière de la présence du geste est le fruit de la rencontre des techniques de méditation bouddhique et d'un travail parallèle en "sensory awareness" effectué sous la conduite de Michael Tophoff en France et en Espagne et de Charlotte Selver au Mexique.



La retraite

Elle est destinée aux personnes qui ont déjà une expérience de la méditation **vipassana**. Pour la plus grande part, elle se déroulera en silence. Les journées seront entièrement consacrées à la pratique de la méditation, soit dans l'immobilité, soit dans le mouvement. Chaque jour, une session sera réservée à la pratique de la présence du geste.

Pascal Auclair

Pascal Auclair est plongé dans l'étude et la pratique des enseignements bouddhistes depuis 1997. Il a participé à des retraites en Asie et en Amérique avec des maîtres réputés issus tant du milieu monastique que laïc. Pascal a suivi quatre années de formation d'enseignant avec Joseph Goldstein et Jack Kornfield de l'Insight Meditation Society au Massachusetts et de Spirit Rock Meditation Center en Californie.

Il enseigne maintenant dans ces deux centres de méditation, ainsi qu'au Québec et dans d'autres provinces canadiennes.