

Centre de Méditation Bouddhique Vimalakirti



Méditation et Enseignement Pascal Auclair

Les samedi 11 et dimanche 12 février 2017
de 10h à 17h

Intime avec toute chose

En étant particulièrement présent à ce qui se passe en soi et autour de soi, en permettant à ce qui est vécu d'être bel-et-bien connu, d'un moment à l'autre, clairement, avec calme et équilibre, en pleine conscience, on découvre l'intimité avec toute chose: la beauté, profonde et passagère; l'inconnu, étrange et parfois inquiétant; la vie, elle-même, changeante et impressionnante. On apprend à ressentir avec joie, compassion et plus d'agilité ce qui se présente, abandonnant le ressentiment, les fausses attentes et le besoin de tout contrôler.

On se laisse toucher et transformer. Le coeur —ou l'esprit— devient plus fluide et créatif, plus joueur et tendre, plus net et perceptif, tout en restant bien imparfait, et c'est tout-à-coup, de façon surprenante, absolument ok. Etre intime avec toute chose, c'est bon pour soi et pour les autres.

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.

Avertissez-nous de votre participation au week-end entier, par email à info@vimalakirti.org (Vous ne recevrez pas de confirmation en retour).

Veuillez apporter un pique-nique pour le repas de midi qui sera pris en silence et nous proposerons de l'eau chaude pour les boissons.

Veuillez porter des habits confortables, prendre un châle et des chaussons à mettre aux pieds.

Nous demandons Frs 40.- pour le week-end pour couvrir les frais de loyer de la salle que vous pourrez payer sur place.

Selon la tradition bouddhique, les enseignants ne reçoivent aucune rémunération pour leur activité. **Pour leur subsistance, ils dépendent des dons offerts librement par les participants en fin de stage.**

Au centre de Méditation Bouddhique Vimalakirti
10, rue Henri-Frédéric Amiel
www.vimalakirti.org info@vimalakirti.org