

PROGRAMME DE LA RETRAITE

Vous séjournerez minimum 2 nuits dans une chambre seule avec salle de bain partagée ou sous tente avec une salle de bain partagée.

- Les repas sont pris ensemble
- Un texte vous accompagne durant la retraite pour une compréhension intellectuelle, Suivra la réflexion personnelle, l'observation et l'intégration dans les méditations silencieuses.
- Une méditation matinale commune
- Une méditation commune fin de journée suivie d'échanges (questions-réponses)
- Des espaces personnels de méditation
- Des expériences méditatives diverses
- Des méditations "marchées" silencieuses
- Du temps libre
- Des services pour le bon fonctionnement du groupe (vaisselle, balayer,...)
- Maximum 7 personnes

PRATIQUEMENT

- Arrivée la veille au soir
- Hébergement, draps, repas : 65€/ jour et sous tente 35€/jour
- Accompagnement : participation libre et consciente
- Apporter en plus de vos affaires personnelles, un carnet de notes, des grosses chaussettes, un plaid, des chaussures de marche, un maillot de bain, serviette bain

- Infos et inscriptions : les3passantes@gmail.com
- ou 0629812646
- Date limite d'inscription : 2 juin 2024

