

Shamatha et Bodhichitta

**Retraite silencieuse avec Ven. René Feusi à partir du samedi, 06.07.2019 dès 13h00 jusqu'au samedi, 13.07. 2019 à 16h00
à Thubten Jamtse Ling, Sorens, près de Bulle, Fribourg**

La retraite se déroule dans le silence, l'enseignement est en français, avec traduction simultanée en allemand.

"Nous nous concentrerons durant la retraite sur comment les pensées et les émotions surviennent, comment elles se cristallisent autour de notre insaisissable sens de soi et comment être en paix avec tout cela.

Un autre aspect sera de cultiver le bon coeur, chaleureux, de compassion universelle et qui amène du sens à notre vie."

Samedi jusqu'à jeudi, nous nous engagerons aux 8 voeux Mahayana.

Néanmoins, nous ne voulons nullement vous en forcer. Si cela devait être un problème pour vous, vous avez la possibilité de vous servir vous-même à manger dans le garde-manger. Il y a toujours du fromage, du pain et des yaourts. Parfois même il y a des restes du déjeuner. Mais vous pouvez aussi apporter votre propre repas.

Marianne, Patrick et Dorje assureront notre bien-être, en nous préparant un abondant petit-déjeuner, puis un copieux déjeuner.

Veillez noter que :

Le nombre de participation, ainsi que l'hébergement dans la maison (chambres à plusieurs lits) est limité. Par conséquent, certains participants doivent passer la nuit à l'extérieur. Si quelqu'un a des amis près de Sorens qui peuvent offrir un hébergement, nous vous saurions gré de nous en informer.

Si d'aventure vous avez la possibilité de dormir dans votre propre tente, nous vous prions de choisir cette option.

Il n'y a pas de chambres individuelles dans la maison. Pour les personnes qui souhaitent loger dans une chambre single, il y a des auberges, des hôtels et des chambres d'hôtes dans la région. Nous vous prions de les sélectionner vous-même.

Veillez également nous signaler si vous possédez une tente, mais que vous voulez de ne pas y dormir, et que vous pourrez nous prêter pour l'occasion.

L'inscription est indispensable, ceci dans tous les cas. Veuillez vous inscrire par email sous : ritarin50@gmail.com ou par téléphone au 079 888 84 42 Délai d'inscription : mi-juin 2019

Prix pour l'hébergement et la nourriture : Dans la maison Fr.50.- par jour.

Camping: en accord avec Patrick, repas, 20.- par jour:

Par votre propre organisation pour la nuit, coûts prises en charge par vous-même, repas : 20.- par jour

Dana pour le Ven. René et l'organisation de la retraite: Sur donation

Arrivée à Sorens, Samedi, 06.07, dès 13h00, première séance 14h30

Retreat Ven. René Feusi 2019

Thubten Jamtse Ling, Sorens, 06.07. bis 13.07. 2019

06.07. Samstag/Samedi

Ankunft/ Arrivée	13:00 – 14:00
1. Sitzung (Anniversaire de SS Dalai Lama)	14:30
Dinner	18:00
2. Sitzung/ Session	19:30

07.07. Sonntag/ Dimanche – 12.07. Freitag/ Vendredi

8 Mahayana Gelübde/precepts and prostration to the 35 Buddhas	06:15
1. Sitzung/1. Session	07:00
Frühstück/petit déjeuner	08:00
2. Sitzung/2. Session	09:30
Mittagessen/Repas de Midi	11:45
3. Sitzung/ 3. Session	14:30
4. Sitzung/ 4. Session	19:30

13.07. Samstag/Samedi

1. Sitzung/1. Session	07:00
Breakfast	08:00
2. Sitzung/2. Session	09:30
Thanks and close up	11:00
Lunch	12:00