

Retraite de dix jours

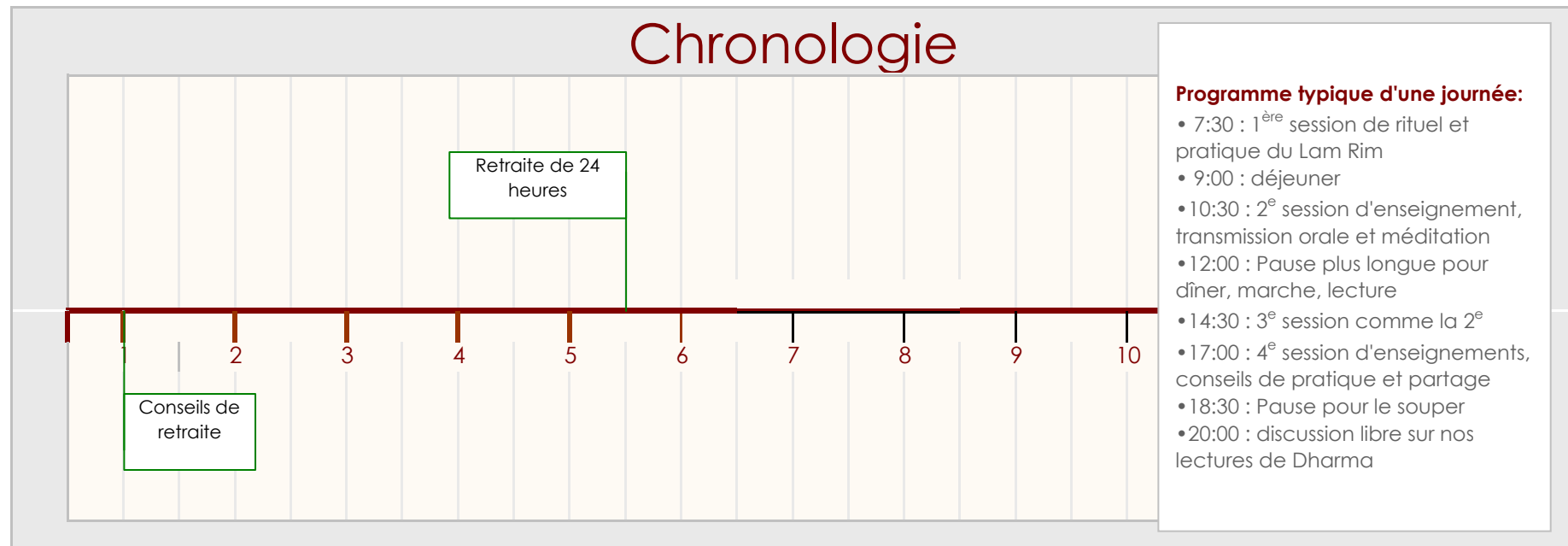


La retraite de dix jours est ouverte à tous et ne requiert aucune base particulière.

Elle comprend la transmission orale, les explications et les conseils de pratique.

Il y aura à chaque jour quatre sessions de pratiques. Entre chaque session, chacun est invité à conserver l'attitude favorable à la pratique et au progrès.

Chaque session de pratique est animée par un guide choisi par Lama Samten.



Instructions relatives à la retraite:

- Une personne sera responsable de la cuisine et de la liste d'épicerie pour que vous puissiez vous consacrer entièrement à votre pratique.
- Apportez avec vous des textes de Lam Rim à lire: La marche vers l'éveil, La voie de la lumière, Le grand livre de la progression vers l'éveil, etc. Apportez aussi avec vous: mala, couverture, coussin, vêtements et objets d'hygiène personnel et autres selon vos besoins.
- L'arrivée des retraitants est le premier jour de la retraite.