

Briser les chaînes: Retraite de méditation vipassana pour les 18-32 ans
15–18 ou 15-22 août 2008--Centre Galilee, Arnprior, Ontario
Enseignants: Daryl Lynn Ross et Pascal Auclair

Une occasion unique pour les jeunes adultes de se rencontrer dans un environnement splendide et d'explorer comment vivre avec plus de sagesse et de compassion. Cette retraite est un must pour les 18-32 ans, qui aimeraient avoir une expérience de méditation et de pratique de l'attention (Mindfulness), une communication honnête et venant du coeur, de précieux mentors, une communauté sécurisante, de la délicieuse cuisine et du temps pour relaxer et réfléchir sur les mystères et les vérités qui sous tendent notre existence.

Vous pourrez poser des questions et avoir des entrevues en français et en anglais.

Daryl Lynn Ross a fait de la méditation et d'autres pratiques contemplatives durant la plupart de sa vie adulte. L'enseignement bouddhiste et la méditation sont au coeur de sa vie spirituelle depuis le début des années 1970. Elle a étudié avec des instructeurs venant des traditions tibétaine, zen et vipassana. Sa pratique actuellement est ancrée essentiellement dans la tradition vipassana. En 1980, les écrits des mystiques chrétiens l'ont amenée à explorer la voie contemplative chrétienne et elle a été formée pour servir dans cette tradition. Depuis 1986, Daryl est aumônière à l'Université Concordia, à Montréal. Elle y offre régulièrement des sessions de méditation et d'étude du Dhamma. Depuis l'an 2000, elle dirige des retraites de méditation vipassana à Montréal.

Pascal Auclair est plongé dans le dharma depuis 1997; il a participé à plusieurs retraites courtes ou longues en Thaïlande, aux Indes, et aux Etats-unis avec des maîtres bouddhistes, reconnus de Thaïlande, de Birmanie ou d'Occident issus tant de la sphère laïque, que monastique. Durant ces dernières années, Pascal a passé la moitié de son temps en contemplation silencieuse et l'autre au service du dharma, principalement à IMS, Insight Meditation Society, à Barre dans le Massachusett, à aider les professeurs au cours de retraites pour adolescents, de retraites familiales ou de longues retraites. Pascal suit actuellement le programme de formation de professeurs, sous la supervision de Jack Kornfield..

Lieu de la session: Centre Galilee, 398 John Street North, Arnprior, Ontario
<http://www.galileecentre.com/>. Galilee est un centre de retraite agréable situé près du centre d'Arnprior, sur la Rivière des Outaouais à la bordure d'une forêt ancienne.

L'heure d'arrivée : 15h30–17h30, vendredi le 15 mars. La retraite se termine à midi le lundi 18 août pour la retraite de 3 jours et le vendredi 22 août pour la retraite de 7 jours. Tous sont les bienvenus au repas de midi.

Modalités d'inscription :

Pour cette retraite la participation demandée varie selon le revenu

3 Nuits : \$255 – \$285 - \$315

Dépôt :\$125

7 Nuits : \$450 - \$575 - \$700

Dépôt :\$150

Il est impératif d'envoyer un dépôt avec votre formulaire d'inscription pour réserver votre place. Si possible veuillez payer tous les frais lors de l'inscription. Ceci facilite notre fonctionnement.

Veuillez compléter le formulaire d'inscription et le faire parvenir avec votre paiement à : **True North Insight**, P.O. Box 1211, Hudson, Québec, Canada J0P 1H0. N'attendez pas la dernière minute pour vous inscrire! Le déroulement de la retraite dépend d'un nombre suffisant d'inscriptions.

Veuillez noter que les frais d'inscription ne couvrent que l'hébergement et les trois repas par jour. La rémunération pour l'enseignement n'est pas incluse.

Frais supplémentaire pour les inscriptions tardives : Une somme de \$30 sera ajoutée aux frais d'inscription pour tout paiement reçu à moins de 14 jours avant le début de la retraite.

Frais d'annulation: Veuillez nous prévenir le plus tôt possible si vous voulez annuler votre inscription. Des frais d'annulation de \$50 seront prélevés jusqu'à 4 semaines avant le début de la retraite. Après cette date, votre dépôt reste acquis au TNI.

Ce qu'il faut apporter:

- Un zafou (coussin de méditation) ou un banc de méditation, sauf si vous préférez vous asseoir sur une chaise.
- Un petit tapis que vous glisserez sous le zafou
- La literie et le savon corporel sont fournis par le Centre Galilee.
- Apportez vos articles de toilette, médicaments, des chaussures pour l'intérieur, un réveil matin et une lampe de poche.

Repas: la nourriture est végétarienne.

L'éthique :

Les retraitants s'engagent à suivre les cinq préceptes pour la durée de la retraite:

1. Je m'engage à m'abstenir de tuer
2. Je m'engage à m'abstenir de voler
3. Je m'engage à m'abstenir de toute inconduite sexuelle
4. Je m'engage à m'abstenir de mentir
5. Je m'engage à m'abstenir de consommer de l'alcool ou des stupéfiants menant à l'inattention et l'inconscience.

Pour de plus amples informations: info@truenorthinsight.org ou appelez au 450-458-5321.