

Vivre pleinement – NM2

19-21 ou 19-26 novembre 2010—Loyola House, Guelph, Ontario

Enseignants: Norman Feldman et Molly Swan

Lors de cette retraite, nous explorerons comment appliquer la méditation et la clarté intérieure dans les divers aspects de la vie qui requièrent notre participation consciente et notre compassion. Nous aurons l'appui du silence et de la communauté, ainsi que des prises de conscience du Bouddha sur l'impermanence, l'impossibilité de la satisfaction et le caractère interconnecté de toute chose.



Norman Feldman étudie et pratique avec des professeurs des traditions théravadin, et Mahayana depuis 1971. Depuis 1986, il enseigne partout dans le monde la méditation Vipassana, offrant des classes d'étude des suttas et donnant du soutien à des groupes ou des individus qui étudient et pratiquent le dharma .

Molly Swan a entamé sa quête spirituelle en 1985 et pratique le dharma depuis 1985, tant en Asie qu'en Occident. Molly anime depuis 1997 des retraites Vipassana principalement au Canada et en Angleterre et en offre des classes, anime des retraites d'un jour et apporte son soutien en individuel près de chez elle, en Ontario. Molly et Norman vivent actuellement à Guelph en Ontario. Ils sont membres fondateurs et professeurs à True North Insight.

Lieu de la session: Loyola House, 5420 Highway 6 North, Guelph, Ontario
www.loyolahouse.ca

L'heure d'arrivée : 16h00-18h00, vendredi le 19 novembre. La retraite se termine à midi le dimanche 21 mai pour la retraite de 2 jours et le vendredi 26 novembre pour la retraite de 7 jours. Tous sont les bienvenus au repas de midi.

Modalités d'inscription

Échelle mobile de prix : Voie boréale a à cœur d'offrir des retraites abordables pour tous. Les participants peuvent payer un tarif bas, moyen ou élevé, selon leurs moyens. Le tarif le plus bas couvre les frais minimums à engager pour organiser une retraite. Les participants payant le tarif le plus élevé contribuent à la viabilité de Voie boréale. Le dépôt est compris dans tous les tarifs.

2 Nuits : 230 \$ - 250 \$ - 270 \$

Dépôt : 125 \$

7 Nuits : 770 \$ - 840 \$ - 910 \$

Dépôt : 175 \$

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 : **Voie boréale**, 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 Voie boréale.

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.

Période de travail : Cette retraite comporte une période de travail méditatif chaque jour allant du lavage de vaisselle, du nettoyage de la cuisine ou de la salle de bain au travail extérieur.

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 Janet au 450 458-5321.