

A pink lotus flower in bloom on a pond with lily pads. The background is a soft-focus image of the pond and its foliage.

Société Suisse Sayagi U Ba Khin

Méditation Vipassana

Cours de Méditation
Bouddhiste Theravada dans la
Tradition de Sayagi U Ba Khin

1 – 11 avril 2010

Instructions: allemand, anglais

Le but du cours est l'enseignement du Noble Sentier Octuple qui est divisé en trois parties: Moralité (Sila), Concentration (Samadhi) et Sagesse (Pañña).

Les 5 premiers jours sont dédiés à la pratique de la technique de l'Anapana qui est basée sur la concentration afin que le corps et l'esprit deviennent calmes et tranquilles.

Les jours suivants sont consacrés à la pratique de la technique de Vipassana, pendant laquelle les participants ont l'occasion de faire l'expérience personnelle des principaux éléments du Bouddhisme: Anicca (l'Impermanence), Dukkha (la Souffrance) et Anatta (le Non-Soi).

Informations et renseignements: www.ubakhin.ch

Eugen Jung, téléphone: 0041 (0)31 991 61 41

Lieu: Kiental, canton de Berne

Coûts: Fr. 590.– nourri et logé.
L'enseignement du Bouddha Dhamma est gratuit.

Inscription: Envoyez le coupon ci-dessous à l'adresse suivante:
Société Sayagi U Ba Khin
Lochmatt 64
CH-3504 Oberhünigen
Téléphone 031 791 22 08

Informations: www.ubakhin.ch

Renseignements: Eugen Jung, enseignant régional
Téléphone, le soir: 031 991 61 41
Natel: 079 691 19 00

Je m'intéresse au cours du 1 au 11 avril 2010 à Kiental

Envoyez-moi s'il vous plaît un formulaire d'inscription.

Nom:

Prénom:

Rue:

Lieu:

Téléphone:

Natel:

E-mail:
