Société Suisse Sayagyi U Ba Khin

Méditation Vipassana

Cours de méditation Bouddhiste Theravada dans la tradition de Sayagyi U Ba Khin

du 17 au 27 avril 2025

Instructions: en allemand

Le but du cours est l'enseignement du Noble Sentier Octuple qui est divisé en trois parties: moralité (sila), concentration (samadhi) et sagesse (paññа).
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**

Cours de méditation Vipassana du 17 au 27 avril 2025 à Kiental

Lieu: Kiental, canton de Berne

Coûts: Fr. 680.– nourri et logé.
L'enseignement du Bouddha Dhamma est gratuit.

Informations: **www.ubakhin.ch**

Talon d'inscription: **www.ubakhin.ch/kurse-fr**

Renseignements: **Eugen Jung, enseignant**

Téléphone: 031 991 61 41
Portable: 079 691 19 00
E-mail: information@ubakhin.ch

Autres cours:

A l`IMC en Angleterre: www.internationalmeditationcentre.org
ou à l`IMC en Autriche: www.imc-austria.com