



Rencontre — — silencieuse

A l'Ecoute du
Murmure de l'Instant

02.02.26 – 08.02.26

A LA MAISON DU
PARTAGE D'AVIOTH



Thème

Cette rencontre nous invite à nous arrêter un instant au cœur de notre vie pour nous recueillir en nous-même et vivre un temps de contemplation, d'introspection, un retour à Soi, à la Source. Ce sera l'occasion d'un retour « à la maison » pour prendre soin de soi avec bienveillance... Et par là, mieux accompagner le monde par sa Présence paisible, réelle et authentique, posant un doux regard sur la Beauté de la Vie.



Au programme

Des méditations assises guidées et silencieuses à différents moments de la journée, des enseignements quotidiens, des promenades en extérieur, des repas en conscience, des temps de relaxations allongées guidées, des mouvements d'éveil corporel, des temps libres pour se reposer, se promener, écrire, dessiner, aller se recueillir dans la basilique...

Il est demandé de ne pas apporter de livres, et de ne pas s'adonner à la lecture durant la semaine pour favoriser l'introspection et mettre au repos l'activité mentale et intellectuelle.

Si besoin, des entretiens individuels avec Fabki seront toujours possibles sur demande.

Cette rencontre s'adresse tout particulièrement à des personnes désireuses d'approfondir leur pratique, dans une recherche sincère et engagée de recueillement et d'intériorité. Pour ce faire, certaines conditions préalables à la participation à cette rencontre s'avèrent nécessaires :

- **Les téléphones portables seront déposés et confiés à l'organisation en début de rencontre**, ce pour toute la durée de la rencontre. Un numéro de téléphone sera mis à disposition qui pourra être communiqué à vos proches en cas de besoin.
- Il est préférable pour participer à cette retraite d'avoir déjà vécu des rencontres méditatives afin de bien vivre cette expérience exclusivement silencieuse.
- Pour les personnes en situation de fragilité ou ayant besoin de contacts et d'échanges, des rencontres plus adaptées ouvertes parfois aux partages d'expériences sont proposées sur le site : <https://www.fabki.org/>

A vos côtés dans ce temps pour Soi

Fabki :

Enseignant spirituel, Fabki a porté l'habit monastique 18 ans en tant que moine bouddhiste dans la tradition du maître zen vietnamien Thich Nhât Hanh dans la communauté du Village des Pruniers en France (Dordogne). Il a ensuite passé quatre ans auprès d'un petit monastère catholique en Ardèche, dans un ermitage.

Depuis plus d'une dizaine d'années, il anime des retraites de méditation semi-silencieuses et silencieuses d'inspiration bouddhiste.



Matthieu Dommange :

Mathieu propose une cuisine créative de saison aux saveurs du monde bio et végétarienne.

Chantal Arnold - Organisatrice

Pour toutes questions ou inscription : chantal.arnold@hotmail.be





Ce qu'il faut apporter

- Drap housse pour le matelas (1 place) + drap de dessus + taie d'oreiller. Des couvertures sont mises à disposition
- Essuies / Serviettes
- Montre
- Chaussures de marche
- Pulls chauds
- **Pour votre confort** : lampe torche pour vous déplacer, réveil (car vous serez sans votre téléphone portable), boules Quiès, pantoufles, affaires de toilette, gel douche et serviette de table, petite couverture, vêtements adaptés, chaussures de marche, carnet + stylos, crayons, feutres pour écrire et dessiner...

Infos pratiques



Lieu : Maison du partage d'Avioth, près de la Basilique



Dates : du lundi 02 février, 15h au dimanche 8 février, 16h.
Accueil à partir de 14h



Coût de la retraite* :

- Hébergement et repas : 350€
- Enseignement (+ participation aux frais de pension et de trajet de Fabki) : 240€



Informations et inscriptions : chantal.arnold@hotmail.be

A noter que l'inscription sera validée, une fois réception d'un acompte de 150€. Cet acompte ne pourra pas être remboursé en cas de désistement (sauf remplacement par une autre personne)

*Nous souhaitons que l'argent ne soit pas un frein pour celles et ceux qui désirent vivre cette retraite. En cas de difficultés financière, merci de nous en parler.