



SLLB <sanghalelotusbleu@gmail.com>

Invitation à la retraite de Pleine Conscience les 27 et 28 septembre

SLLB <info@sanghalelotusbleu.be>
Brouillon

28 août 2025 à 13:02



Retraite de Pleine Conscience guidée par les Monastiques de la Maison de l'Inspir les 27 et 28 septembre

Cher.e.s ami.e.s pratiquant.e.s,

C'est avec une très grande joie que l'Intersangha de la Belgique francophone vous invite à la Retraite de Pleine Conscience guidée par les Monastiques de la Maison de l'Inspir, dans la tradition du Village des Pruniers.

Afin de bénéficier pleinement de l'opportunité de nous retrouver et de pratiquer avec les Monastiques du Village des Pruniers, cette retraite est destinée **en priorité aux participants pour les deux jours**. Si vous pensez ne venir qu'un seul jour, votre inscription sera alors mise **sur une liste d'attente**.

Dates : Samedi 27 de 8h30 à 18h et Dimanche 28 de 7h30 à 17h

Lieu : A l'abbaye des Bénédictines, Boulevard d'Avroy 54 - 4000 Liège

Participation financière : 80 euros/week-end ou 40 euros/jour

Le thé et les biscuits sont inclus, le logement et les repas ne sont pas compris.

Pour les étudiants et allocataires sociaux : 60 euros/week-end ou 30 euros/jour. En cas de difficulté, n'hésitez pas à nous contacter en toute

discrétion pour que le coût ne soit pas un frein à votre participation.

Si vous souhaitez offrir un don supplémentaire aux sœurs de la Maison de l'Inspir, une boîte à dons sera disponible durant la retraite.

Votre participation financière permettra de couvrir les différents frais liés à cette retraite (location des locaux à l'Abbaye, pauses, transport et séjour des monastiques à l'Abbaye).

Hébergement : Nous n'organisons pas d'hébergement. Cependant, il y a quelques possibilités de logement :

- *Auberge de jeunesse Simenon* :
rue Georges Simenon, 2 – 4020 Liège, tél. 04 344 56 89 ; courriel : liege@laj.be
- *Au dojo du Centre Zen* : rue des Chalets, 13, 4000 Liège.
Hung: tél. 0497648 568; avec votre matériel de couchage ;
courriel : bayhung@hotmail.com
- *Abbaye des Bénédictines*, tél. 04 223 77 20 ,
courriel: benedictinesliege.hotellerie@gmail.com

Matériel : À emmener avec vous, quel que soit le lieu où vous logez:

- un **tapis** et un **coussin** de méditation (des coussins pourront être empruntés sur place mais seront insuffisants) ;
- un plaid ;
- des **vêtements** adaptés au temps (+ parapluie, chaussures, etc.) ;
- votre **pique-nique** de midi avec vos assiettes et couverts personnels (thé et biscuits seront prévus) ;
- votre **verre/ tasse** personnelle et/ou thermo (évitons les gobelets jetables afin de prendre soin de notre Terre Mère).

Accès :

- **En train** : de la gare des Guillemins prendre le tram direction Liège Expo ou Coronmeuse, arrêt Pont d'Avroy ; ou le bus 20, direction Liège place des Carmes, arrêt rue Darchis.
- **En voiture** : parking accessible dans la cour de l'Abbaye par l'entrée du 58 du Boulevard d'Avroy.

Transmission des Cinq Entraînements : Durant cette retraite, il sera possible de recevoir la transmission des Cinq Entraînements à la pleine conscience. Vous pouvez vous inscrire à l'avance pour ce faire. [Cliquez ici](#) pour lire l'explication de cette transmission sur le site du Village des Pruniers.

Inscription et paiement : Cliquez sur le bouton ci-dessous pour remplir le formulaire d'inscription en ligne :

Je m'inscris

Votre inscription sera ensuite **validée et confirmée après votre paiement** sur le compte du Centre Zen de Pleine Conscience

BE24 5230 8068 0938 avec en communication: *sept25 + nom.s et prénom.s* tels que mentionné.s sur le.s bulletin.s d'inscription.

Les inscriptions seront clôturées le 13 septembre. En cas d'annulation au-delà de cette date, 20 euros seront retenus.

Nous nous réjouissons de partager ces moments de pratique avec vous.

Bouquet de lotus souriants,

La Sangha du Centre Zen de la Pleine Conscience de Liège

«Par la façon dont nous vivons notre vie quotidienne, nous contribuons à la paix ou à la guerre. C'est la pleine conscience qui peut me dire si je vais vers la guerre. C'est l'énergie de pleine conscience qui peut m'aider à faire un virage et à aller vers la paix.» Thich Nhat Hanh