



Centre spirituel
Sainte-Ursule

MEDITATION 2016 - 2017



BERNARD GRANDJEAN

Viele Leute praktizieren regelmässig Meditationsübungen.

Erfahrungsgemäss ist für viele dieses Üben wesentlich einfacher, wenn es in einer Gruppe geschieht und von jemandem geleitet wird, der eine anerkannte Methode einhält.

Wollen Sie aufs Matterhorn steigen, gibt es viele Aufstiegsmöglichkeiten. Wenn Sie alle ausprobieren, kommen Sie nie auf den Gipfel. Sie müssen einen Weg wählen. Aber der Ausblick oben ist der gleiche, von welcher Seite Sie auch gekommen sind.

DATEN

Donnerstag von 19.15 bis 20.45 Uhr

- 29. September 2016
- 13. Oktober 2016 (Einführung)
- 10. und 24. November 2016
- 22. Dezember 2016
- 19. Januar 2017
- 09. Februar 2017
- 23. Februar 2017 (Einführung)
- 16. und 30. März 2017
- 27. April 2017
- 11. Mai 2017

LEITUNG

Bernard Grandjean : 079 256 54 44

Ein Einsiedler ging wie jeden Morgen durch den Wald zum Brunnen. Er nimmt den Kessel und schöpft Wasser.

Ein paar vorübergehende Touristen wohnen dieser banalen Szene bei, und einer nähert sich dem Einsiedler und fragt : 'Was machst Du da?' Er antwortet : 'Ich schöpfe Wasser.' Doch die Touristen bestehen darauf. 'Nein, du verstehst uns nicht. Was machst du hier in diesem Wald?' Und es kommt wieder die gleiche Antwort : 'Ich schöpfe Wasser.' Die Touristen schütteln den Kopf und fragen nochmals : 'Warum lebst du hier?' Der Einsiedler lächelt und zeigt den Brunnen : 'Was seht ihr in diesem Brunnen?' Die Besucher lehnen sich über den Brunnen und schauen hinab. Das Wasser wurde aufgewühlt durch den Kessel und das Wasser ist trüb. 'Wir sehen nichts.' Der Einsiedler schweigt eine Weile und bittet, nochmals in den Brunnen zu schauen. Die Besucher werfen nochmals einen Blick in den Brunnen, staunen und einer sagt : 'Das Wasser ist ruhig geworden und der Wasserspiegel ist ganz glatt. Er ist so glatt, dass man durch das Wasser sieht. Und wenn ich länger schaue, kann ich den Grund sehen.'

Der Einsiedler ist sichtlich zufrieden : 'Genau das mache ich hier. Ich lebe im Schweigen und warte, bis in mir alles beruhigt ist. Dann erkenne ich mich selber, und es kann vorkommen, dass ich den Grund meines Lebens sehen kann.' Er verneigt sich vor den Besuchern und geht seines Weges.'

AUSKUNFT

Centre spirituel Sainte-Ursule
Rue des Alpes 2
1700 Fribourg

T. 026 347 14 00
E. accueil@centre-ursule.ch
W. www.centre-ursule.ch

IBAN CH42 0900 0000 1700 9509 8

EINSCHREIBUNG

Die Teilnahme verlangt keine Einschreibung. Die Einführungen sind keine Voraussetzung zur Teilnahme während des Jahres. Sie sind eine Einladung für Interessierte und für alle, die Meditation zu entdecken.

Kollekte : fr. 5.- bis 10.- / Abend

- 3/4 für die Saalmiete
- 1/8 für ein Werk in Bombay
- 1/8 für Unkosten



Centre spirituel
Sainte-Ursule

MÉDITATION GUIDÉE 2016 - 2017



JEAN-PIERRE DUCREST
RACHEL GRANDJEAN

Cette offre est une invitation à faire l'expérience du silence et de la méditation par différentes approches.

Nous ressentons tous à l'intérieur de nous un besoin profond de paix, d'unité, de communion avec tout ce qui se vit.

La saveur d'un fruit se révèle à celui qui le mange et non à celui qui le regarde.

DATES

Jeudi de 20h00 à 21h30

- 08 et 22 septembre 2016
- 06 octobre 2016
- 03 novembre 2016 (Initiation)
- 17 novembre 2016
- 01 et 15 décembre 2016
- 12 et 26 janvier 2017
- 02 février 2017
- 16 février 2017 (Initiation)
- 09 et 23 mars 2017
- 06 avril 2017
- 04 et 18 mai 2017
- 01 et 22 juin 2017

INTERVENANTS

Jean-Pierre Ducrest : 026 402 77 25

Rachel Grandjean : 026 424 52 18

Comme chaque matin, un ermite traverse la forêt pour se rendre au puits. Il prend alors son seau et se met à puiser l'eau.

Quelques touristes de passage regardent cette scène quotidienne. L'un d'eux s'approche de l'ermite et lui demande : 'Que fais-tu donc ?' Il lui répond : 'Je puis de l'eau.' Mais le touriste insiste : 'Non, tu ne comprends pas ma question. Que fais-tu ici dans la forêt ?' L'ermite lui donne la même réponse : 'Je puis de l'eau.' Les touristes hochent la tête et lui demandent à nouveau : 'Pourquoi vis-tu ici ?' L'ermite sourit en montrant l'intérieur du puits et leur pose une question : 'Que voyez-vous dans ce puits ?' Les visiteurs se penchent au-dessus du puits et regardent vers le bas. L'eau avait été troublée par le seau. Ils répondent : 'Nous ne voyons rien.' L'ermite reste alors silencieux durant quelques instants et demande à nouveau à ses visiteurs de regarder dans le puits. Ils regardent à nouveau dans le puits et l'un d'eux s'émerveille : 'L'eau s'est calmée, sa surface est lisse et nous pouvons voir à travers elle. Lorsque nous regardons suffisamment longtemps, nous pouvons même voir le fond du puits.' L'ermite de toute évidence heureux de la réponse dit : 'C'est exactement ce que je fais ici. Je vis dans le silence et j'attends que tout soit calme en moi. Alors le discernement se fait et il m'arrive de voir le fondement de ma vie.' Il s'incline alors devant les visiteurs et poursuit son chemin.

[Anonyme]

RENSEIGNEMENTS

Centre spirituel Sainte-Ursule
Rue des Alpes 2
1700 Fribourg

T. 026 347 14 00

E. accueil@centre-ursule.ch

W. www.centre-ursule.ch

IBAN CH42 0900 0000 1700 9509 8

INSCRIPTION

Vous pouvez rejoindre les soirées de méditation guidée en tout temps et sans inscription. Les soirées d'initiation sont destinées à tous et ne sont pas un préalable aux autres soirées mais plutôt une invitation à découvrir la méditation.

Collecte : CHF 5.- à 10.- / soir

- 3/4 pour la location de la salle
- 1/8 pour une oeuvre à Bombay
- 1/8 pour des dépenses du cours