

# Debout tout au bord

*trouver la liberté là où la peur et le courage se rencontrent*

avec **Flint Sparks**  
Prêtre zen

**Retraite méditative à Chemin-Dessus (Vs)  
du 26 au 30 septembre 2018**



*"Par delà les notions de bien et de mal  
Il y a un champ.  
Je t'y retrouverai.*

*La brise de l'aube a des secrets à te dire.  
Ne te rendors pas.  
Tu dois demander ce que tu veux vraiment.  
Ne te rendors pas.*

*Les gens vont et viennent par la porte immobile  
Où les deux mondes se touchent  
La porte est ronde et ouverte.  
Ne te rendors pas."*

— Rumi

## Debout tout au bord

*Trouver la liberté là où la peur et le courage se rencontrent*

La Maître zen Joan Halifax a identifié cinq territoires psychologiques qu'elle nomme les Etats Limites - l'altruisme, l'empathie, l'intégrité, le respect et l'engagement - qui incarnent la force de caractère. Et pourtant, chacun de ces états peut aussi être la cause d'une souffrance personnelle ou sociale.

C'est ainsi que ces cinq expériences psychologiques forment des limites, et c'est seulement lorsqu'on se tient au bord de ces limites que l'on devient ouvert à toute la gamme de l'expérience humaine et que l'on peut découvrir qui nous sommes vraiment.

Cette retraite sera un questionnement évocateur sur comment nous pouvons répondre à la souffrance, vivre pleinement nos vies, et rester ouverts, habitant l'espace où la peur et le courage se rencontrent.

## Traduction

La langue maternelle de Flint étant l'anglais, il y aura une traduction simultanée en français.

## Coût

Prix de l'enseignement: CHF 550.-

Prix de l'hébergement pour 4 nuits, en pension complète avec cuisine biologique (par personne):

- A. En chambre à 3 ou 4: 360.- CHF
- B. En chambre double: 460.- CHF
- C. En chambre simple: 710.- CHF

à régler sur place à l'arrivée.

Nombre de places limitées à 25

## Lieu

Hôtel Beau-Site  
CH - 1927 Chemin Dessus  
Tél. +41 (0)27 722 81 64  
www.chemin.ch

## Horaires

Rendez vous à l'Hôtel Beau-Site,  
Chemin Dessus (Martigny)  
le mercredi 26 septembre avant 17 heures.

La retraite débutera avec le repas du soir le 26 septembre et prendra fin le dimanche 30 à 16 h. environ.

## Contact

Sophie Cattier  
41, rue de la Tour  
1004 Lausanne  
Suisse

Tél. +41 (0)79 226 48 31  
Courriel: [sophie@sophiecattier.com](mailto:sophie@sophiecattier.com)

## Délai d'inscription le 10 août 2018

Merci de vous inscrire par courriel ou par lettre, et de verser le paiement de CHF 550.-

## e-Banking

Raiffeisen Bank  
CH - 1860 Aigle  
Sophie Cattier  
IBAN: CH42 8044 7000 0071 0935 9  
BIC SWIFT: RAIFCH22  
Clearing (NCB): 80447  
Référence: "Retraite Flint 2018"

Pour les participants internationaux veuillez contacter Sophie pour recevoir les coordonnées bancaires dans votre monnaie.

Si vous avez besoins d'un soutien financier, vous pouvez en faire la demande, tout en sachant que ce n'est pas toujours possible.

Hébergement et nourriture à payer le jour d'arrivée. L'hôtel n'accepte pas de paiement par carte de crédit.

Au plaisir de cette rencontre,  
Sophie Cattier

## **Veillez envoyer les informations suivantes dans votre courriel d'inscription :**

Nom:

Prénom:

Rue:

Code postal / Ville:

Téléphone:

Courriel:

Votre choix d'hébergement: A | B | C

Particularités alimentaires:

Sexe: femme | homme

[www.sophiecattier.com](http://www.sophiecattier.com)