



Retraite contemplative

« Si votre quotidien
vous paraît pauvre, ne l'accusez pas.
Accusez-vous vous-même de ne pas
être assez poète pour appeler
à vous ses richesses. »

R.M. Rilke

Animateur / Accompagnateur



Luc Ruedin, Jésuite

Dates

du 11 au 15 janvier 2027
Début à 11:30 - Fin à 14:00

Contenu

Le but de cette retraite est de s'exercer dans la voie de la prière contemplative initiée par Franz Jalics et présentée dans le livre « Exercices de contemplation »^[1]. S'inspirant de la Prière du cœur, cette pratique simple et accessible donne

d'entrer et de demeurer dans l'attitude contemplative. Invitant à apprivoiser ses sens, cette voie est attentive aux dimensions corporelles et psycho-spirituelles de l'acte contemplatif : Se basant sur l'autohypnose elle ouvre à l'Infini de l'Espace divin.

Outre 4 heures de méditation, 2 heures de marche dans le magnifique parc et aux alentours de la Pelouse, l'Eucharistie et la possibilité d'un entretien spirituel, il sera proposé des enseignements méthodologiques et thématiques sur :

Les rapports entre l'autohypnose et la contemplation

Le baptême du Christ.

La retraite se déroulera dans une atmosphère de silence. Des échanges après chaque temps contemplatif ont lieu pour favoriser l'intégration de la méthode. Des safus, bancs de méditation, chaises et couvertures sont à disposition. Une possibilité d'art-thérapie (dessin) sera également offerte. Prévoir des habits amples.

^[1] Luc Ruedin s.j., Exercices de contemplation, Méditation chrétienne, Salvator, Paris, 2024



Soeurs de Saint Maurice
La Pelouse

Voie contemplative

11 au 15 janvier 2027

Contribution financière

Pension complète :CHF 400.00

Animation/accompagnement..CHF 300.00

Renseignements

e-Mail : luc.ruedin@gmail.com

Inscription

Délai : 30 décembre 2026

e-Mail : accueil@lapelouse.ch

Téléphone : +41 24 463 04 50

Accès

CFF

Gare de Bex puis taxi (5Km)

Autoroute

sortie Bex, suivre 1^e entrée de Bex, signalisation : Chiètres–La Pelouse.

Règlement en CHF

Postfinance

Titulaire du compte :

Institution des Soeurs de Saint Maurice

Vérolliez et La Pelouse / CCP 113

1890 St-Maurice

No du compte CCP : 19-1820-5

ou scannez-moi 

Mention : Retraite

contemplative 2027



IBAN : CH32 0900 0000 1900 1820 5

BIC : POFICHBEXXX

Contact :
lavilla@lapelouse.ch
Tel. : +41 79 857 07 32
www.lapelouse.ch

Soeurs de Saint Maurice
La Pelouse
Route de Chiètres 27
1880 Bex