



Flash-info des Amis de la Bertais-Vassot

Juillet 2012

Dans ce numéro estival, vous trouverez les informations pratiques concernant :

- la commémoration du « départ » d'Arnaud, le 10 août prochain,
- le week-end annuel de méditation des 22 et 23 septembre,
- la célébration des 20 ans de La Bertais à l'occasion de l'AG des 6 et 7 octobre,
- ainsi qu'un rappel du calendrier des autres activités de l'été.

Commémoration du départ d' Arnaud le 10 août

Rappelons d'abord que ceux et celles d'entre vous qui sont adhérents des Amis d'Hauteville sont invités à se rendre à la journée de commémoration qui aura lieu sur place le vendredi 10 août et qui sera suivie de deux journées de méditation intensive (cf. dernière Lettre des Amis de Hauteville).

Si vous n'êtes pas membre d'Hauteville ou que vous ne pouvez pas vous rendre sur place mais que vous souhaitez marquer le jour de ce premier anniversaire du départ d'Arnaud, nous vous proposons de venir vivre avec nous à La Bertais une « journée d'ashram » tout spécialement dédiée à notre Maître.

- Horaire et programme indicatif de la journée

Vendredi

| | |
|------------|---|
| 9h30 | Accueil des participants à La Bertais et intégration dans le groupe des résidents |
| 10h | Causerie ou vidéo enregistrée d'Arnaud |
| 11h | Séva |
| 13h00 | Repas en silence |
| 14h | Lecture consciente |
| 14h30 | Yoga Nidra |
| 15h | Suite de la Causerie ou de la vidéo enregistrée d'Arnaud |
| 16h | Séva |
| 17h | Thé récréatif (2 ^{ème} plage d'accueil pour les participants qui n'auront pas pu arriver le matin) |
| 17h45 | Méditation guidée (enregistrement d'Arnaud à La Bertais) |
| 19h45 | Repas en silence |
| 21h | Satsang (réunion de partage et de témoignages au sujet de notre lien à Arnaud) |
| 22h15 | Fin des activités |

Notez bien que si vous n'êtes pas en mesure de vous joindre à nous dès le matin à 9h30, vous pouvez aussi nous rejoindre à 17h au moment du thé. Pour ne pas perturber le séjour des résidents « réguliers », merci de ne pas arriver en dehors de ces deux horaires proposés et de rester alors sur place jusqu'à la fin de la commémoration (22h15).

- Hébergement :

Dans la mesure des places disponibles, il sera possible d'arriver à La Bertais la veille au soir et/ou de rester dormir le vendredi soir (privilégiez la solution « camping » si vous êtes équipés). Si vous habitez Rennes ou à proximité de La Bertais et que vous disposez de places pour loger les participants les plus éloignés, merci de vous proposer sur le coupon-réponse.

De même, si vous venez de loin et souhaitez bénéficier d'un tel mode d'hébergement « amical », signalez-le sur votre coupon-réponse : dans la mesure de l'offre, nous vous mettrons alors en relation avec un logeur bénévole.

Il est aussi possible de loger à proximité immédiate de La Bertais, en chambres d'hôtes, chez Mme Pichot (lieu dit "La Haute Charbonnière") en réservant à l'avance au 02-99-39-55-87, ou encore dans un hôtel d'une localité voisine (voir le site web de La Bertais pour la liste complète des hébergements de proximité).

- Participation financière :

Les repas et l'hébergement éventuel seront à régler aux conditions habituelles propres aux séjours. Les donations faites pour l'animation spécifique de cette journée seront intégralement reversées à Hauteville...

Dans tous les cas, pour nous permettre de vous recevoir dans les meilleures conditions, vous devez impérativement vous inscrire à l'avance, en renvoyant au plus vite le coupon-réponse à l'adresse du secrétariat de l'Association, indiquée en fin de ce courrier (ceux et celles d'entre vous qui reçoivent ce courrier par voie électronique peuvent répondre par mail en suivant la procédure spécifique qui leur est indiquée dans le courriel de Georges).

Week-end « 24h de méditation non-stop » (22-23 septembre)

Ce week-end, spécifiquement consacré à la pratique de la méditation, est désormais un « grand classique » de La Bertais. Pour mémoire, rappelons qu'il est ouvert à toute personne en lien avec l'Association, qui veut profiter de l'occasion offerte pour vivre une expérience d'intériorisation et de silence collectifs dans des conditions optimales. Il est, en effet, conçu pour permettre aux participants de méditer aussi souvent et aussi longtemps qu'ils s'y sentent portés, les autres aspects de la vie à La Bertais étant, pour la circonstance, réduits au minimum (repas simplifiés, pas de travail à l'extérieur, tâches dans la maison réduites au strict nécessaire).

L'activité principale est constituée par un relais ininterrompu de méditations individuelles durant 24h (y compris durant la nuit s'il y a suffisamment de volontaires). Ce relais sera "encadré" par deux méditations collectives, selon l'emploi du temps détaillé que vous trouverez indiqué ci-après.

Conditions de participation

En venant à ce week-end, vous acceptez par avance les quelques règles du jeu suivantes :

- Vous vous engagez à participer au minimum aux deux méditations collectives (samedi après-midi en ouverture et dimanche midi en clôture).
- En dehors de ces deux temps collectifs, vous serez libre de participer ou non aux relais de méditations individuelles (par période de 30 minutes). Durant les temps où vous choisirez de ne pas méditer, il vous sera demandé de respecter un silence rigoureux. De la sorte, même si vous ne faites que deux méditations dans le week-end, vous aurez au moins vécu 24 heures dans le silence complet.
- Pendant ces moments libres, vous pourrez, à votre convenance, soit vous promener dehors, soit lire ou écrire, ou encore vous reposer, mais en aucun cas "travailler" (sauf tâches minimales si vous faites partie de l'équipe organisatrice) et encore moins parler avec les autres participants. Il y aura deux temps de parole spécialement prévus pour vous permettre de vous exprimer (en début et en fin de week-end). En dehors de ces deux temps, le week-end se veut l'occasion de vivre collectivement dans le silence de façon à ce que chacun puisse bénéficier de conditions optimales d'intériorisation.
- L'expérience proposée formant un tout cohérent, il n'est pas possible de n'y participer que pour une seule des deux journées. Par contre, si vous n'envisagez pas de méditer durant la nuit, vous pourrez rentrer chez vous en fin de soirée (vers 22h) à condition de revenir sur place le lendemain matin avant 9h30.
- Les personnes qui y sont habituées sont invitées à s'organiser pour **camper sur place** (tente ou véhicule aménagé de type camping-car ou fourgonnette etc.). De la sorte, nous pourrions répondre plus facilement aux demandes d'hébergement en chambre des personnes moins à l'aise avec le camping.

Programme du week-end :

| | |
|------------------------|---|
| <i>Samedi</i> | |
| 9h30 | Arrivée de l'équipe organisatrice (ou dès le vendredi après-midi ou soir) pour le service de l'ashram) |
| 14h-14h30 | Accueil des participants et organisation de l'hébergement |
| 14h30-15h30 | Présentation des participants et organisation du relais |
| 15h30-16h | Première méditation collective |
| 16h-22h | Méditations individuelles par relais de 30mn (chaque participant choisit le nombre et l'heure des relais qu'il veut faire, le repas du soir se prenant en libre-service entre 19h30 et 21h). |
| 22h | Fin des activités pour ceux qui ne logent pas sur place et début du relais de nuit pour les autres |
| 22h-9h | Méditations individuelles par relais de 30mn (chaque participant choisit le nombre et l'heure des relais qu'il veut faire, le petit-déjeuner se prenant en libre-service entre 7h30 et 9h le dimanche matin). |
| <i>Dimanche</i> | |
| 9h30 | Les personnes hébergées à l'extérieur sont invitées à rejoindre le relais au plus tard à 9h30, mais peuvent arriver plus tôt et prendre le petit déjeuner sur place (entre 7h30 et 9h). |
| 9h -13h30 | Méditations individuelles par relais de 30mn (chaque participant choisit le nombre et l'heure des relais qu'il veut faire. Le repas du midi -minimaliste- se prenant en libre-service de 11h30 à 13h). |
| 13h30-14h | Deuxième et dernière méditation collective |
| 14h-15h | Bilan final en sous-groupes |
| 15h-15h30 | Synthèse, et clôture du week-end |

Nous avons donc besoin sur place d'une petite équipe de volontaires dès le samedi matin 22 septembre 9h30, voire dès le vendredi après-midi, pour le ménage et l'intendance, équipe qui aura aussi à se répartir des responsabilités d'organisation pratique tout au long du week-end. Si vous êtes partant, merci de le signaler lors de votre inscription.

Inscriptions :

Vous pouvez vous inscrire à réception de ce courrier en renvoyant le coupon-réponse papier (ou sa version électronique) à **Georges Morant**, la date limite d'inscription étant fixée **au mardi 18 septembre**. En effet, un grand nombre de questions pratiques (intendance et hébergement) ne pourront être réglées qu'une fois connu de façon précise le détail de vos choix. A cet égard, voici les possibilités offertes :

- 1) Participation à l'ensemble du week-end (début samedi 14h, fin dimanche vers 15h30), avec hébergement sur place. Précisez alors si vous prévoyez de *camper* ou si vous demandez à dormir en *chambre*.
- 2) Participation à l'ensemble du week-end (début samedi 14h, fin dimanche vers 15h30), sans hébergement sur place. Vous rentrerez dormir le soir chez vous -ou vous irez chez un(e) ami(e)-, mais vous reviendrez le matin au plus tard à 9h30.
- 3) Participation complémentaire à l'équipe organisatrice (précisez votre jour et heure d'arrivée, soit vendredi après-midi ou soir, soit samedi matin dès 9h30. Si vous envisagez de dormir sur place dès le vendredi soir, précisez-le aussi).

Participation financière

- Participation forfaitaire aux frais de fonctionnement, de repas et d'hébergement = 25€ en chambre, 20€ en camping, 15€ sans hébergement.
- Comme les années passées, il vous sera proposé, en outre, **de faire une donation à l'association** d'un montant laissé à votre appréciation.
- N'envoyez pas d'argent à l'avance, mais prévoyez de quoi régler sur place (chèque ou espèces).

Matériel à apporter

- Un couchage complet : draps, taie d'oreiller, duvet ou couverture (on risque de manquer de couvertures) + éventuellement, votre matériel de camping
- Une paire de chaussons (pour minimiser les bruits dans la maison)
- Une lampe de poche (si vous envisagez de vous lever la nuit pour le relais nocturne)
- Un baladeur (si vous souhaitez écouter individuellement une causerie d'Arnaud sur la méditation durant les temps libres)
- Un châle de méditation
- Du papier et un stylo, si vous souhaitez prendre des notes sur votre vécu durant le week-end.

A bientôt pour vivre avec vous ce temps fort !

WE spécial « 20^{ème} anniversaire de La Bertais » (6-7 octobre) Avec l'Assemblée Générale

Nous avons le plaisir de vous inviter à notre week-end « **spécial 20^{ème} anniversaire de La Bertais** » qui aura lieu le samedi 6 et dimanche 7 octobre prochain et au cours duquel se tiendra aussi notre assemblée générale statutaire...

Deux invités de marque au programme de cette rencontre exceptionnelle

- Swâmini Umananda (représentante de Swâmi Chinmayananda en France)
- Roger Fagin (élève et assistant de longue date d'Arnaud, permanent de Hauteville)

Programme détaillé

Samedi

- 14h30 : Accueil des participants
- 15h00 : Introduction au week-end par Yann
- 15h15 : Conférence. « Le message des Upanishads », par **Swâmini Umananda**.
- 16h45 : Thé convivial
- 17h30 : Assemblée générale statutaire :
Que vous soyez membre de notre association ou que vous ne le soyez pas encore, si vous prévoyez de fréquenter La Bertais cette année, vous êtes cordialement invité(e) à assister à cette réunion importante, où seront, entre autres, présentées les différentes activités proposées cette saison par les Amis de La Bertais.

Ordre du jour (valant convocation)

- 1) Rapport moral du Président
 - 2) Rapport financier du Trésorier
 - 3) Questions diverses
 - 4) Présentation des activités de l'année
- 19h30 : Soirée festive, « **spécial anniversaire** », sous forme de dîner-cabaret (fin vers 22h30)
*Nous comptons sur vos talents pour l'animation de ce cabaret (musique, danse, chants, conte, sketches, jeux, diaporama etc.). Si vous souhaitez y prendre une part active, **merci de vous faire connaître dès à présent via le coupon réponse.***

Dimanche

- 10h00 : Accueil des participants
- 10h30 : Méditation silencieuse dédiée à La Bertais
- 11h00 : Rencontre autour de **Roger Fagin** (témoignage personnel et question-réponses)
- 12h45 : Déjeuner convivial
- 14h00 : Relaxation guidée facultative (*yoga-nidra*)
- 14h45 : Intervention des présidents anciens et actuel des Amis de La Bertais-Vassot
- 15h15 : Intervention de Yann et d'Anne-Marie
- 17h00 : Thé récréatif
- 17h45 : fin de la rencontre

Hébergement:

L'hébergement sur place sera réservé aux personnes s'inscrivant dans l'équipe organisatrice (cf. coupon-réponse).

Si vous habitez Rennes ou à proximité de La Bertais et que vous disposez de places pour loger les participants les plus éloignés, merci de vous proposer sur le coupon-réponse.

De même, si vous venez de loin et souhaitez bénéficier d'un tel mode d'hébergement " amical ", signalez-le sur votre coupon-réponse : dans la mesure de l'offre, nous vous mettrons alors en relation avec un logeur bénévole.

Il est aussi possible de loger à proximité immédiate de La Bertais, en chambres d'hôtes, chez Mme Pichot (lieu dit "La Haute Charbonnière") en réservant à l'avance au 02-99-39-55-87, ou encore dans un hôtel d'une localité voisine (voir le site web de La Bertais pour la liste complète des hébergements de proximité).

Participation financière:

- *Sauf en ce qui concerne le repas festif du samedi soir, la participation à ce week-end anniversaire n'est pas tarifée. Pour couvrir les nombreux frais engagés, (location des tentes, déplacement et réception des intervenants, thés et repas du dimanche midi...), chacun sera invité à faire sur place **une donation** qui contribuera au maintien de la "bonne santé" financière de notre ashram.*
- *Pour le repas festif du samedi soir, pris en dehors de La Bertais et préparé par un traiteur, le coût sera de **18€** par personne, à régler à l'entrée de la salle de restaurant.*

Dans tous les cas, pour participer à ce week-end « spécial anniversaire », **merci de renvoyer le coupon-réponse** à l'adresse du secrétariat de l'Association indiquée à la fin de ce courrier. **Date limite des inscriptions le vendredi 28 septembre.** (Ceux et celles d'entre vous qui reçoivent ce courrier par voie électronique peuvent répondre par mail en suivant la procédure spécifique qui leur est indiquée dans le courriel de Georges).

Journées « service de l'ashram : 21-22 septembre et 5-6 octobre

Des journées ou demi-journées de "ménage, jardinage, bricolage", occasion privilégiée de se retrouver de façon informelle pour préparer collectivement la Maison à la réception des participants aux week-ends, auront lieu, dans les conditions habituelles :

- **Préparation du week-end méditation :**
 - le vendredi après-midi 21 septembre de 14h30 à 19h (possibilité de dîner et de coucher sur place)
 - le samedi matin 22 septembre de 9h30 à 14h (repas de midi sur place)
- **Préparation du week-end anniversaire + AG :**
 - le vendredi après-midi 5 octobre de 14h30 à 19h (possibilité de dîner et de coucher sur place)
 - le samedi matin 6 octobre de 9h30 à 14h (repas de midi sur place)

Merci d'être nombreux à répondre à cet appel aux bonnes volontés.

Rappel du calendrier de l'été à la Bertais

1. Séjours résidentiels et travail sur l'inconscient

Pour mémoire, rappelons que ces séjours s'adressent en priorité à ceux et celles qui souhaitent bénéficier d'entretiens individuels, soit pour faire un travail de mise à jour de l'inconscient (lying), soit pour approfondir les autres aspects de l'enseignement issus de Swâmi Prajñānpad (sitting). Cependant, il est aussi tout à fait possible de participer à ces séjours en tant que simple retraitant (voir plus bas).

Dates proposées jusqu'en septembre 2012 :

- 1^{ère} semaine : du lundi 6 août à 9h30 au samedi 11 août vers 18h30.
- 2^{ème} semaine : du lundi 13 août à 9h30 au samedi 18 août vers 18h30.
- 3^{ème} semaine : du lundi 20 août à 9h30 au samedi 25 août vers 18h30.
- 4^{ème} semaine : du lundi 24 septembre à 9h30 au samedi 29 septembre vers 18h30

A chaque fois, possibilité d'arriver sur place dès le soir précédent le séjour et/ou de rester dormir sur place le soir après la fin du séjour.

Réservation : Les inscriptions aux différents séjours se font directement auprès de Georges Morant qui se tient à votre disposition chaque **mardi** et **mercredi** de **18h30 à 19h30** sur un n° de téléphone dédié : le **06 41 66 67 59** (En dehors des plages de permanence, laissez votre message sur le répondeur téléphonique).

Conditions de participation :

Rappelons que, selon Arnaud, *pour être fructueux, les lyings doivent être entrepris de façon quotidienne sur un laps de temps le plus long possible* (lui-même étant resté trois mois d'affilée auprès de Swâmiji). C'est pourquoi, il n'est pas possible de faire des lyings sans séjourner au moins pour une semaine entière à la Bertais.

Par contre, en ce qui concerne les entretiens de clarification (sittings), leur nombre et leur périodicité étant fonction de la nécessité de chacun, il est possible, pour ce type de travail, d'envisager un séjour plus court. En outre, il est aussi possible de participer aux séjours résidentiels comme simple "retraitant", c'est-à-dire en bénéficiant des activités collectives (méditations, écoutes de causeries, réunions de partage et d'enseignement, etc.) sans avoir d'entretien individuel. Dans ces deux derniers cas (travail individuel sous forme de sittings ou retraite sans entretien), des séjours de moins d'une semaine sont envisageables, mais il vous est alors demandé de bien faire coïncider soit votre arrivée soit votre départ avec les dates communes.

Exemple, *1er cas* : une arrivée libre implique un départ le samedi en fin d'après-midi.

2ème cas : une arrivée le lundi matin permet un départ libre.

A noter : Les personnes n'ayant encore jamais fait de séjour de travail individuel à La Bertais peuvent demander à Georges la brochure spécifique de présentation de ces séjours où elles trouveront toutes les informations complémentaires (programme quotidien, participation financière etc.).

2. Stage d'été avec Yann et Anne-Marie :

- Du lundi 30 juillet au samedi 4 août, « **Yoga et Travail sur soi**, une introduction à l'Adhyatma Yoga » Attention, plus que quelques places : si vous êtes intéressé(e), merci de prendre directement contact à **réception de ce courrier** avec Yann et Anne-Marie. Brochure détaillée du stage sur le site de La Bertais : <http://www.labertais.org/activites/stages-dete/>

En partenariat avec Nouvelles Convergences

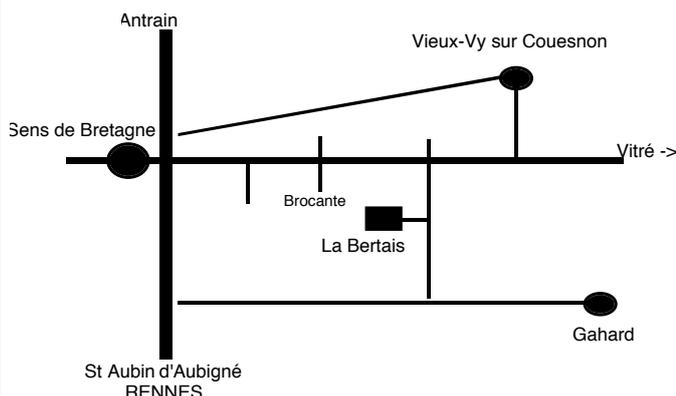
L'association amie « Nouvelles Convergences » organise à la rentrée plusieurs manifestations qui présentent un intérêt certain pour les Amis de La Bertais et nous avons donc à nouveau conclu un partenariat avec elle permettant à nos membres qui en feront la demande de bénéficier du tarif réduit sur ces manifestations.

- Conférence avec le philosophe **André Comte-Sponville** : celle-ci aura lieu le vendredi 28 septembre à 20h30 à Rennes, salle du Triangle et aura pour thème « *Vivre une spiritualité sans Dieu* ». Etant donné la notoriété de l'intervenant, (auteur de nombreux ouvrages à succès, invité à Hauteville il y a quelques années), il y a fort à parier que cette conférence se fera « à guichet fermé ». Si vous êtes intéressé(e), il est prudent de réserver vos places dès à présent (et au plus tard au tout début septembre). Elles sont à vendre à la librairie « La Rose Mystique » mais vous pouvez aussi réserver par correspondance à l'aide du bulletin téléchargeable à cette adresse : <http://n.convergences.free.fr/conf.a.c.sponville.html>
- Rencontre et atelier avec **Yolande Duran-Serano** (nouvelle « Eveillée », auteur du livre « Le silence qui guérit ») : à Rennes le vendredi 19 octobre (conférence) et le week-end des 20-21 octobre (atelier).
- Rencontre et atelier avec **Claudette Vidal** (nouvelle « Eveillée » auteur du livre « Chemin d'Eveil ») : à Rennes le jeudi 13 décembre (conférence) et à La Bertais les vendredi-samedi-dimanche 14-15-16 décembre (retraite-atelier).

Concernant ces deux dernières animations, des informations complémentaires seront données dans notre prochaine Lettre (déjà disponibles en s'adressant directement à la librairie *La Rose Mystique* de Rennes).

Itinéraire d'accès à La Bertais

De Rennes, à partir de la rocade Nord prendre la **sortie 15 vers Betton** (désormais dévié) et poursuivre tout droit sur la 4 voies en direction de **St Aubin d'Aubigné** (aussi dévié). Poursuivre en direction de **Sens de Bretagne**, situé à 30 km de Rennes. À la hauteur du carrefour pour **Sens**, prendre à droite la direction de **Vitré et de l'A84-CAEN**. Faire environ 1km, dépasser l'intersection indiquant sur la droite une **brocante**, et tourner à droite à l'intersection suivante. Ensuite, à 200m, prendre de nouveau la première route sur la droite, au panneau indiquant : "La Bertais".
Téléphone : **02 99 39 59 21**



Correspondance avec l'association :

Merci d'adresser les coupons-réponses, ainsi que le courrier administratif à :
Mr Georges MORANT / Secrétariat des Amis de La Bertais Vassot / 13, Hameau des Ormes 35800 DINARD.
Adresse du site pour accéder aux informations en ligne: <http://www.labertais.org>
Téléphone de l'association : **02 99 39 59 21** (sur place) et **06 41 66 67 59** (portable dédié aux inscriptions)
Permanence téléphonique sur le n° portable les mardi et mercredi de 18h30 à 19h30

Vous pouvez aussi utiliser l'adresse postale du siège de l'association, (mais alors votre courrier risque d'être réceptionné moins vite) :
" Les Amis de La Bertais-Vassot " La Bertais 35490 VIEUX-VY SUR COUESNON