

Flash-info des Amis de la Bertais-Vassot

Juin 2020

Bonne nouvelle, après la récente période de mise à l'arrêt forcé de nos activités, nous avons le plaisir de vous annoncer que La Bertais va reprendre son fonctionnement « presque normal » cet été. Les séjours prévus en juillet et août auront bien lieu aux dates fixées et deux semaines supplémentaires ont même été ajoutées au planning proposé.

Évidemment, nous n'avons pas pu maintenir le séminaire de la fin juin avec Véronique Desjardins, mais ce n'est que partie remise et celui-ci devrait pouvoir se tenir au courant de l'automne...

Outre le calendrier des activités de l'été, cette lettre vous donne aussi par avance trois dates importantes concernant la rentrée. Cette année, nous prévoyons de renouer avec notre traditionnelle journée de méditation qui viendra relancer la dynamique collective de l'ashram dès **le dimanche 13 septembre**. Notre assemblée générale annuelle se tiendra, quant à elle, deux semaines plus tard, soit le **dimanche 27 septembre**. Et pour finir avec ces annonces, sachez que le groupe de soutien à la mise en pratique (GSMP) devrait redémarrer quant à lui le **dimanche 18 octobre**.

Merci de prendre dès à présent bonne note de ces dates qui feront bien entendu, l'objet d'un courrier plus détaillé à la fin de l'été...

A noter que toutes ces activités se feront dans le respect des règles et consignes sanitaires en vigueur. Ce qui impliquera des ajustements dans nos conditions d'accueil. Par exemple et jusqu'à nouvel ordre, l'hébergement se fera exclusivement en chambre individuelle (ou en tente), les repas seront pris de telle sorte que la distance de sécurité soit respectée entre les convives, ou encore il sera demandé à chacun d'apporter son propre tapis de yoga et son/ses coussin(s) de méditation qu'il devra entreposer uniquement dans sa chambre avec toutes ses affaires (plus de vestiaire commun) etc. Ces mesures sanitaires devant s'adapter aux spécificités de chacune de nos activités, il n'est pas possible de les évoquer toutes ici. Mais sachez qu'un protocole précis sera mis en place en fonction du type d'activité concernée. Gageons que nous saurons collectivement utiliser ces contraintes inhabituelles comme un support de vigilance supplémentaire et faire ainsi notre bénéfice de cette situation nouvelle...



Après-midi chantier du samedi 20 juin

Plutôt que d'annuler complètement ce rendez-vous prévu de longue date, nous avons choisi de le raccourcir et d'en simplifier la tenue. C'est donc à un mini-chantier de bricolage et jardinage que nous vous convions le samedi après-midi 20 juin. Le programme précis sera adapté en fonction du nombre de personnes présentes, mais à titre indicatif, voici comment pourrait se dérouler l'activité :

- 14h : accueil sur place en extérieur
- 14h15 : méditation introductive en extérieur (sous le chêne)
- 14h30 : répartition des tâches et organisation du séva de façon individuelle
- 17h15 : thé convivial en extérieur
- 17h45 : fin des activités communes

Sauf contraintes météo ou nombre de personnes présentes inférieur à 10, nous n'utiliserons pas les salles pour nous réunir, mais le jardin. Il n'y aura donc pas de session d'enseignement cette fois-ci ni non plus de repas. L'hébergement sur place sera exclusivement réservé aux personnes qui participent au GSMP du dimanche tout en venant de loin. Ces personnes devront être autonomes pour le dîner (avoir leur pique-nique). Elles pourront utiliser les fournitures de La Bertais pour le petit déjeuner (pain, beurre, confiture, boissons...), mais cela en mode self-service (pas de petit déjeuner collectif).

Que ce soit pour participer au chantier ou pour rester dormir sur place il vous faut dans tous les cas vous inscrire en ligne à cette activité. Vous pouvez le faire soit à partir de la page d'accueil de notre site, soit en saisissant le lien suivant dans votre navigateur : <https://doodle.com/poll/ec5q2qm5f4vc3fhh>

6^{ème} rencontre GSMP du dimanche 21 juin

Contrairement à l'habitude et afin de limiter le nombre de personnes simultanément présentes sur le site, les deux groupes participant à cette activité récurrente se réuniront cette fois-ci séparément (un demi-groupe le matin et l'autre l'après-midi) et il n'y aura pas de repas pris en commun (les participants du matin étant invités à rentrer déjeuner chez eux et ceux de l'après-midi à arriver après leur propre repas). Il n'y aura donc pas non plus ni de méditation ni seva en commun. Les personnes concernées recevront bientôt par mail les consignes spécifiques et horaires propres à leur sous-groupe.

Calendrier de l'été à la Bertais

1. Le stage d'été avec Yann et Anne-Marie :

Comme chaque été, Yann et Anne-Marie animeront un stage à thème du lundi 20 juillet au samedi 25 juillet.

Intitulé « *Yoga et travail sur soi* », celui-ci est en fait consacré à faire découvrir aux participants les **quatre piliers de l'Adhyâtma Yoga**. Il est donc, comme à l'habitude, plutôt destiné à des personnes nouvelles voulant s'initier aux bases de l'enseignement d'Arnaud. Ceci dit, l'expérience a montré que les personnes déjà au fait de cet enseignement tirent aussi grand profit de cette présentation synthétique de la voie d'Arnaud et de Swâmiji et les « anciens » sont donc à nouveau les bienvenus...

La brochure donnant toutes les informations complémentaires sur ce stage est disponible en téléchargement soit sur le site de la Bertais, soit ici même : <https://www.labertais.org/activites/stages-dete/>

A noter que cette brochure n'inclut pas les consignes sanitaires propres à ce stage. Celles-ci seront donc envoyées séparément aux inscrits, mais comprendront bien entendu les mêmes restrictions que celles décrites en introduction à cette Lettre.

2. 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 au jour de l'inconscient (lying), soit pour approfondir les autres aspects de l'enseignement issu de Swâmi Prajñânpad (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 2020 :

- 1^{ère} semaine : du lundi 29 juin à 9h30 au samedi 4 juillet vers 18h30. **Séjour supplémentaire !**
- 2^{ème} semaine : du lundi 27 juillet à 9h30 au samedi 1er août vers 18h30
- 3^{ème} semaine : du lundi 3 août à 9h30 au samedi 8 août vers 18h30
- 4^{ème} semaine : du lundi 10 août à 9h30 au samedi 15 août vers 18h30.
- 5^{ème} semaine : du lundi 14 septembre à 9h30 au samedi 19 septembre vers 18h30. **Séjour supplémentaire !**

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 auprès de Paul Payre qui se tient à votre disposition du **lundi** au **vendredi** entre **16h et 18h** sur un numéro 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 Swâmi). 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 Paul la brochure spécifique de présentation de ces séjours où elles trouveront toutes les informations complémentaires (programme quotidien, participation financière, etc).

Autres informations

Stage résidentiel de Yoga en partenariat avec Christophe Bégot

Du lundi 24 août au vendredi 28 août, Christophe (*membre du C.A des Amis de La Bertais et professeur de Yoga*) animera à La Bertais un stage de Hatha-Yoga. Outre la pratique corporelle et respiratoire, le stage sera l'occasion de faire mieux connaissance avec la Bhagavad-Gîtâ, l'un des textes les plus emblématiques de la tradition spirituelle de l'Inde.

Le dépliant de présentation de ce stage est disponible en téléchargement sur la page d'accueil de notre site. Si vous ne disposez pas d'un ordinateur, vous pouvez demander à en recevoir un exemplaire papier en téléphonant directement à Christophe au 06 99 20 32 13.

MÉMENTO DES PROCHAINES ACTIVITÉS

- Samedi après midi 20 juin : chantier jardinage et bricolage (*inscription en ligne sur le site*)
- Dimanche 21 juin : 6^{ème} rencontre du GSMP (*cf. mail adressé aux personnes concernées*)
- Du lundi 29 juin au samedi 4 juillet : semaine de séjour résidentiel*

- Du lundi 20 au samedi 25 juillet : stage d'introduction à la voie d'Arnaud (*cf. brochure sur le site*)
- Du lundi 27 juillet au samedi 15 août : semaines de séjour résidentiel*

- Dimanche 13 septembre : journée spéciale **méditation** (*infos et inscription début septembre*)
- Du lundi 14 au samedi 19 septembre: semaine de séjour résidentiel*
- Dimanche 27 septembre : **Assemblée générale** (*infos et inscription début septembre*)

* Pour réserver un séjour : **06 41 66 67 59** (du lundi au vendredi entre 16h et 18h)

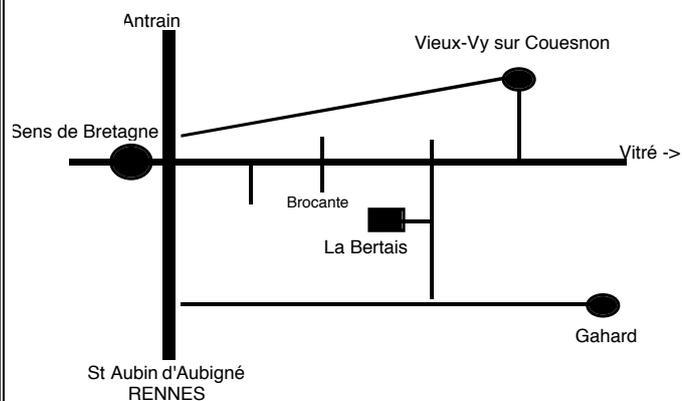
Dans les autres cas, pour joindre l'association, utilisez le n° fixe de La Bertais : **02 99 39 59 21**

Adresse pour GPS (à ne pas utiliser pour le courrier) 2, La Bertais, 35490 Vieux-Vy sur Couesnon

Itinéraire d'accès à La Bertais

De Rennes, à partir de la rocade nord prendre la **sortie n°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**



A bientôt de se revoir !