

TRÉSORS DE LA SPIRITUALITÉ

La prière du cœur : une pratique des moines du désert



Partis dans les déserts du Sinaï et d'Égypte, les premiers moines chrétiens ont très vite (dès le IV^e siècle) élaboré une pratique spirituelle très simple : la « **prière du cœur** », qui est une manière de faire « descendre la prière et la présence divine dans le cœur ». Elle consiste en la **répétition du nom de Dieu sur la respiration**, très paisiblement, en s'aidant d'un chapelet pour permettre de garder l'attention sur la prière.

Laurent nous guidera dans cette pratique qu'il connaît bien, en expliquant son origine, ses particularités, mais aussi les écueils qu'il faut éviter, comme la répétition mécanique, ou la préoccupation d'en « faire beaucoup ». Il faut aussi savoir s'arrêter dans cette pratique ancienne.

La session se déroulera dans une ambiance de retraite où les moments de solitude seront importants. Les repas seront des moments conviviaux. La session est ouverte à toute personne cherchant à être unie à cette réalité que l'on appelle « Dieu », au-delà de l'appartenance religieuse.

**Du vendredi 7 au
dimanche 9 mars 2025**



Laurent Jouvét est un chercheur spirituel depuis sa jeunesse. Après une phase monastique de 6 ans, il a constamment exploré les fondements de la spiritualité, les moyens simples dont on pouvait disposer pour y parvenir et les outils pédagogiques pour la transmettre. Il est invité dans toute l'Europe.



du vendredi à 17h00 (accueil dès 16h30)
au dimanche à 16h00



Pension:

274.- | 236.- (membres des amis)

- repas, pauses et salle(s)
- nuitées en chambre avec WC/douche sur palier
- WC/douche privatifs, +20.-/nuit

Animation: entre 120.- et 250.-
selon les moyens



Ouvert à toutes et à tous.

Se munir de vêtements confortables.



Inscription jusqu'au mardi 25 fév. 2025
sur www.cret-berard.ch/activites