



*Jacques Vigne*

*Retraite de 'clôture' de sa longue tournée de 3 ans à travers le monde*

*Retour à ANNOT (Alpes de Haute Provence – Arrière-Pays niçois)*

*Fin Mai-début Juin 2018*

**Les Inscriptions sont ouvertes - Arrivée prévue le mardi 22 mai 2018 dans la journée ou fin d'après-midi, et départ prévu le samedi 2 juin après le petit déjeuner.**

Le succès de la précédente retraite de Pentecôte, début juin 2017, avec ses 65 participants disséminés dans les 50 chalets entourés de verdure, face aux célèbres falaises de grès du petit village médiéval et provençal d'Annot, a incité Jacques Vigne à retrouver cette ambiance chaleureuse pour finir en beauté sa 'tournée' parmi nous, avant de prendre une année de silence dans le subcontinent indien, où il habite.

La retraite aura lieu dans les mêmes conditions. La seule différence sera que les chalets seront divisibles seulement par deux, et non plus par quatre, ce fait octroyant trop de complications pour les inscriptions.

*Une variante : cette fois-ci, une incursion dans les **grottes troglodytes d'Annot, visitées par de nombreux géologues**, intéressés par leur formation analogue et de même époque que ce que l'on peut admirer à Fontainebleau et dans la région de l'Utah en Amérique du Nord, sera à l'ordre du jour (à développer avec Gabrielle Auger, directrice du 'Pré Martin')*

**Longue retraite d'été** en montagne avec **Jacques Vigne**, au '**Pré Martin**', dans un site 'Culture et patrimoine', 'Nature et évasion' classé espace naturel. (*Proposée et coordonnée bénévolement par Geneviève Koevoets (Mahâjyoti)*):

Le Village d'hôtes 'LE PRE MARTIN', est dirigé par une jeune femme dynamique Gabrielle AUGER. Il nous offre 'culture et nature', avec ses chalets situés sur la colline faisant face à la petite bourgade médiévale d'ANNOT (XI<sup>e</sup> siècle), dont les maisons à encorbellement, les chapelles et les vieilles échoppes racontent un passé riche d'histoire. Annot est surplombé par une couronne de falaises de grès dominant le village, paysage étonnant, constitué de failles, de blocs et de châtaigniers centenaires, qui ont été les témoins de bien des légendes... Non loin du Lac de Castillon, de la petite ville de Castellane et des Gorges du Verdon, le site est classé 'espace naturel sensible' et offre des richesses géologiques, botaniques, qui font la joie des grimpeurs par escalade, celle des randonneurs et celle des géologues !

Nous sommes dans les Alpes de Haute Provence, l'Arrière-Pays niçois, où serpente le célèbre petit 'Train des Pignes' des Chemins de Fer de Provence, à flanc de collines, dans une incroyable diversité de paysages somptueux et sauvages.

Une fois arrivés au 'Pré Martin', c'est le calme propice à cette nouvelle retraite de silence de 10 jours que propose de nouveau Jacques Vigne.

### *Descriptif du thème de la retraite :*

## ***'Dépasser nos émotions perturbatrices grâce à la pacification et à la claire vision intérieure'***

Les émotions réactivent constamment notre fébrilité mentale de base, y compris dans leur forme atténuée que sont les états d'âme. D'habitude, on manque de méthodes pour les reconnaître clairement et pouvoir les faire évoluer. La première chose est de faire se décanter l'agitation mentale pour commencer à en voir le fond. C'est le rôle de la méditation de pacification, *shamata* pour les bouddhistes, qui a beaucoup à voir avec *dharana* et *dhyana* du yoga. Puis c'est le moment de nettoyer le fond lui-même par la méditation d'observation, *vipassana* pour les bouddhistes, qui a de multiples liens dans l'hindouisme avec la pratique du *védânta*. Jacques nous fera vivre ces liens concrètement par des séries de méditation guidées. Chaque soir, il y aura aussi des conseils pratiques sur l'écoute du silence. Les méditations seront le plus souvent suivies de périodes de 'questions/réponses'

Participation pour l'enseignement de Jacques Vigne (hors hébergement) ce qui est surtout dédié aux œuvres sociales et humanitaires dont Jacques s'occupe en Inde : **35€ par jour par personne pour une semaine ou plus, et 40€ par jour pour moins d'une semaine. (En cas de difficultés financières, des conditions particulières sont possibles.)**

**Le Pré Martin se compose de :** 50 chalets de 36 m<sup>2</sup>, en pleine verdure, avec 2 chambres, salon, wifi, WC séparés, douche et cuisine équipée. (Donc possibilité de manger chez soi). D'une grande salle à manger, d'un salon-bar avec Internet-wifi, et d'une bibliothèque. (La liaison pour les téléphones portables y est parfaite). Nourriture végétarienne

**HEBERGEMENT TARIFS :** (calculés par chalet et par nuit) :

**Le chalet entier : 64€** (loué pour 1 à 4 personnes)

2 chambres, salon, kitchenette équipée, vaisselle, salle de bain, WC, terrasse.

**La chambre dans un chalet partagé (lit double ou 2 lits simples) : 35€**

Libre aux stagiaires de s'organiser entre eux.

Possibilité de faire sa cuisine.

**Prix des repas : Pd 8€. Déjeuner ou dîner 20€ -**

**Pension complète : 40 € - Demi-pension 25€**

*Geneviève (Mahâjyoti) qui coordonne bénévolement la retraite fera le lien 'au besoin', mais il est recommandé de s'adresser au Pré Martin directement pour réserver l'hébergement et les repas. Avec prière d'aviser Geneviève ensuite ([koevoetsg@orange.fr](mailto:koevoetsg@orange.fr))*

Réservations et inscriptions **directement** : *Village d'hôtes : 'Le Pré Martin'*

*Mme Gabrielle AUGER - Route du Pré Martin - 04240 Annot*

*Tel : 04 92 83 31 69 – 06 99 43 21 10 - Email : [contact@lepremartin.com](mailto:contact@lepremartin.com)*

*Sites : [www.lepremartin.com](http://www.lepremartin.com) et [www.annot.com](http://www.annot.com)*

*Accessible par le train des Chemins de Fer de Provence, au départ de Nice et de Digne : [www.trainprovence.com](http://www.trainprovence.com)*

*Géolocalisation Le Pré Martin : Lat. 43° 57' 43" - Long. 6° 39' 55"*

*Coordination comme assistante bénévole du Dr Jacques Vigne pour ses tournées et ses programmes - Geneviève (Mahâjyoti) : [koevoetsg@orange.fr](mailto:koevoetsg@orange.fr) et [www.jacquesvigne.com](http://www.jacquesvigne.com)*