

RETRAITE BHAJANS - 13 AU 19 FÉVRIER 2024

MARDI 13 FÉVRIER

- 17h-19h accueil des participants
- 18h méditation des fleurs blanches, suivie des bhajans et de l'arati à 18h15
- 20h dîner
- 21h-22h introduction de la retraite

DU MERCREDI 14 AU DIMANCHE 18

- 6h archana (et mahishasura mardini stotram les samedi et dimanche)
- 8h15 petit déjeuner en silence
- 9h-10h30 pratique du séva
- 10h45-12h classe de bhajans
- 12h10 méditation guidée ou en silence
- 12h30 déjeuner en silence
- 14h-16h apprentissages spécifiques par petits groupes (harmonium, tablas, kaiiminis, gypsis, etc.)
- 17h goûter (16h les samedi et dimanche)
- 18h méditation des fleurs blanches, suivie des bhajans et de l'arati à 18h15
- 20h dîner
- 21h classe de bhajans

Le samedi, un satsang (enseignement) aura lieu à 17h15 et les bhajans commenceront à 18h15, sans la méditation des fleurs blanches.

LUNDI 19 FÉVRIER

-
- 6h archana
- 8h15 petit déjeuner en silence
- 9h-10h30 pratique du séva
- 10h45-12h classe de bhajans
- 12h10 méditation en silence
- 12h30 déjeuner en silence
- 14h-16h session de clôture de la retraite