

Retraite  
d'introduction  
à la prière contemplative  
du 21 au 30 avril 2026



avec Karin Seethaler  
et sœurs Anne-Emmanuelle et Sonja

Pendant ces jours de silence nous dirigerons notre attention sur l'ici et maintenant. Ainsi nous nous ouvrirons à la présence de Dieu. C'est une orientation simple vers l'essentiel pendant laquelle se passe un imperceptible changement. Dans une introduction pas à pas à la prière contemplative et conformément aux étapes du cheminement décrites par le père Franz Jalics sj, nous nous exercerons à une attitude, celle de l'attention aimante. Elle nous donne une orientation sur le chemin vers nous-mêmes et vers notre propre profondeur. Cette orientation va nous soutenir aussi dans notre quotidien ; elle nous aide à rester en lien avec nous-mêmes et en lien avec Dieu.

### **Une retraite de prière contemplative est :**

- ∞ Un temps intense de silence qui veut nous conduire vers un simple être-là devant Dieu
- ∞ Un temps de prière pour que notre vie soit tournée vers Dieu
- ∞ Un temps de vie pleine où, en tant qu'être humain, j'ose être là, comme je suis, sans que je ne doive m'acquitter de quelque chose

### **Éléments de la retraite :**

- ∞ Introduction à la prière contemplative
- ∞ Plusieurs heures de méditation silencieuse en commun
- ∞ Silence tout au long de la retraite
- ∞ Partage en commun
- ∞ Liens bibliques avec les méditations
- ∞ Accompagnement lors d'entretiens personnels
- ∞ Prière commune avec la communauté

**Début :** Mardi **21 avril** à 16h45  
(arrivée dès 15h)

**Fin :** Jeudi **30 avril** vers 10h

**Frais :** pour la pension :  
CHF 560.- à 720.-  
pour le cours :  
CHF 300.- à 400.-

### **Accompagnement :**

Karin Seethaler, [www.karin-seethaler-wendepunkte.com](http://www.karin-seethaler-wendepunkte.com), auteure des livres : *La force de la contemplation* (2016), *La méditation spirituelle* (2018).  
Sœurs Anne-Emmanuelle et Sonja de la Communauté de Grandchamp.

*Votre participation à ces journées ne doit pas dépendre de l'aspect financier.*

*Une déduction du prix du logement et/ou du cours est possible.*

### **Inscriptions :**

Cette forme intensive de retraite suppose une bonne stabilité psychique et d'être prêt à entrer dans un processus de cheminement intérieur et à être accompagné. Comme des temps de silence intensif ne se prêtent pas pour chacun-e, ni à chaque étape de la vie, nous nous permettons de vous remettre un questionnaire à remplir.

**Accueil - Grandchamp 4 - CH 2015 Areuse**  
**(0041) 032 842 24 92 - [accueil@grandchamp.org](mailto:accueil@grandchamp.org)**  
**[www.grandchamp.org](http://www.grandchamp.org)**