

Retraite au Simplon 19-26 juin 2026

Le but de cette retraite est de s'exercer dans la voie de la prière contemplative initiée par Franz Jalics et présentée dans le livre « Exercices de contemplation »¹. S'inspirant de la Prière du cœur, cette pratique simple et accessible donne d'entrer et de demeurer dans l'attitude contemplative. Invitant à apprivoiser ses sens , cette voie est attentive aux dimensions corporelles et psycho-spirituelles de l'acte contemplatif : Se basant sur l'autohypnose elle ouvre à l'Infini de l'Espace divin.

Outre 4 heures de méditation, 2 heures de marche dans la montagne, l'Eucharistie et la possibilité d'un entretien spirituel, il sera proposé des enseignements méthodologiques et thématiques sur :

- Les rapports entre l'autohypnose et la contemplation
- La guérison du possédé ou être remis dans son bon sens Mc 5,1-20

La retraite se déroulera dans une atmosphère de silence. Des échanges après chaque temps contemplatif ont lieu pour favoriser l'intégration de la méthode. Des safus, bancs de méditation, chaises et couvertures sont à disposition. Une possibilité d'art-thérapie (dessin) sera également offerte. Prévoir des habits amples.



Animation : Luc Ruedin s.j.

Lieu : Hospice du Simplon

Dates : Du vendredi 19 juin à 11h30 au vendredi 26 juin 2026 à 14h.

Prix : Pension : chambre simple : 525.- frs / double : 470.- frs

Session : 400.-frs

Renseignements et Inscriptions : Jusqu'au 2 juin 2026 à Luc Ruedin s.j. : luc.ruedin@gmail.com

¹ Luc Ruedin s.j., Exercices de contemplation, Méditation chrétienne, Salvator, Paris, 2024