

L'ashram d'Aranya Kutir

"Aranya" signifie la forêt ou le désert, le lieu où l'on va à la recherche de l'Absolu. Aranya Kutir suit la tradition des ermites de Saccidânanda, soit une vie de contemplation, de renonciation, de dialogue des spiritualités et d'hospitalité. L'ashram est de style monastique. Les chercheurs spirituels, hommes et femmes, sont invités à partager ce mode de vie par des visites et des retraites. Seules des moniales y résident en permanence, se partageant entre silence et solitude d'un côté, vie liturgique communautaire (*sangha*) de l'autre. Cette hospitalité du Kutir se présente sous les formes suivantes:

Les retraites spirituelles du matin



Lundi, mercredi et vendredi, de 8 à 13 h.

Une retraite comprend des périodes de discussions en groupe (*satsang*), de prière universelle et de méditation, et des moments de réflexion silencieuse.

Hommes, femmes et petits groupes sont les bienvenus (prière de s'inscrire avant 18 h. la veille).

La dernière semaine du mois, le mardi, se tient également une retraite du programme "Personnalité et spiritualité".

Les retraites spirituelles en résidence

Pour les femmes, il est également possible d'effectuer de courtes retraites en résidence, de février à avril ainsi que de septembre à novembre.

Séjours initiaux de 3 à 7 nuits. Possibilité de longs séjours.

Satsangs des samedis et dimanches

Bienvenue aux visiteurs à tout moment les samedi et dimanche de 15h à 17h pour prendre le thé et discuter, ainsi que pour la chorale, la méditation et le *satsang* du soir, de 17h à 18h30.

Portes ouvertes

L'ashram est accessible aux visiteurs tous les jours de 15h à 17h, dans le respect de la vocation d'un lieu de silence et de prière spirituelle. Notamment le salon Shantivanam de thé et de lecture, la salle de prière et de méditation, les salles privées de sadhana pour la solitude et le silence, ainsi que l'accès à la petite bibliothèque.

Les retraites spirituelles du matin

Les retraites mettent l'accent sur la sagesse des traditions spirituelles indiennes et occidentales à la fois. Cette pratique spirituelle est universelle. C'est une matinée paisible de prière et méditation, de *satsang* (discussion spirituelle) et de silence. Les *satsangs* portent sur des sujets relatifs à la contemplation et au dialogue des spiritualités, visant à aider les chercheurs à trouver un chemin spirituel, et à le parcourir. Votre compagnon de retraite est Ma Atmajyoti-Ananda ("Atma"). Originnaire d'Australie, cette *sannyasini* suit la tradition des ermites de Saccidânanda.

Les retraites sont proposées de 8h à 13h les lundi, mercredi et vendredi (ainsi que le dernier mardi du mois). Prière d'arriver entre 7h45 et 8h à la porte de l'ashram d'Aranya Kutir (voir photo ci-dessus). Les retraitants peuvent aussi opter pour une direction spirituelle, sur rendez-vous. La participation aux frais de la retraite est libre.

Prière de s'inscrire la veille avant 18h par courriel, texto, message dans la boîte à lettres (avec ses coordonnées), téléphone ou visite personnelle. On peut également se pointer à 7h45 sans inscription, pour se joindre à la retraite - *à condition qu'il y ait des retraitants dûment inscrits et qu'il reste des places* (12 personnes), mais il faudra quand même s'inscrire pour que l'ashram connaisse le nombre de ses retraitants.

Eau potable et boissons chaudes à votre disposition. Prière de porter une tenue appropriée pour un ashram de *sannyasi* (vêtements longs, amples et couvrants). Pendant les mois d'hiver (novembre à février), apporter des chaussettes qui vous garderont les pieds au chaud à l'intérieur des bâtiments. L'usage des téléphones portables et autres

gadgets électroniques est prohibé, pour éviter toute distraction de vous-même et des autres.

LES SEJOURS A L'ASHRAM D'ARANYA KUTIR (pour femmes seulement)

La mission de l'ashram d'Aranya Kutir est de fournir un lieu de vie communautaire aux femmes attirées sur cette voie de renonciation, de contemplation, de dialogue des spiritualités et d'hospitalité. Les retraites sont une forme d'hospitalité offerte par les résident(e)s de l'ashram. De style monastique, l'ashram partage un environnement de paix et de spiritualité avec autrui. Les femmes en quête, même débutantes, sont les bienvenues pour une retraite résidentielle. L'ashram n'est pas un hôtel - ce n'est à proprement parler ni une pension de famille ni une base de loisirs donnant accès aux *satsangs* ni aux programmes d'autres ashrams ou d'autres enseignants. Tous les résidents doivent s'engager à respecter scrupuleusement le mode de vie et la règle monastique de l'ashram, y compris la pratique de la tranquillité. A l'exception des promenades à pied dans la nature, les activités extérieures sont réduites au minimum.

Retraite courte en résidence: De février à avril et de septembre à novembre, les chercheuses sincères de spiritualité peuvent effectuer des retraites de 3 à 7 nuits (minimum trois journées entières). L'inscription est ouverte aux femmes de tous âges, toutes religions et toutes cultures. Ceci devrait concerner celles qui recherchent une retraite monastique entre silence et solitude partagée, et qui veulent approfondir leurs connaissances en spiritualité. La participation recommandée est de 800 roupies par nuit pour les étrangers, et de 500 pour les Indiens; tout compris. Les inscriptions sont reçues dès l'arrivée à Rishikesh. Les dames intéressées doivent cependant avoir effectué au préalable une retraite du matin.

Résidence de longue durée: Les dames qui souhaitent un séjour de longue durée (plus d'un mois) sont admises après avoir effectué une retraite courte. Ce séjour est ouvert aux femmes qui ressentent une vocation vers ce mode de vie, y compris la participation aux services rendus. L'inscription est ouverte jusqu'à 60 ans, et une participation aux frais est demandée.

www.aranyakutir.org - www.ctlock.org
aranyakutir@gmail.com

Tel: 999 7811 790

Adresse: 434 Lower Tapovan, via Rishikesh,
249192 Uttarakhand.

L'ashram est situé à quelques minutes à pied du pont de Laxman Jhula d'un côté, ou à une minute en descendant le sentier depuis le Divine Ganga Cottage.

La photo ci-contre montre les collines pré-himalayennes depuis le jardin de l'ashram.

