

# Être est notre nature même

Perspective non duelle - Pleine Conscience

Rencontre avec Gérard & Marion

Les 17 & 18 mai 2025, CH 1315 La Sarraz (près de Lausanne en Suisse)



*Être n'est pas un effort, c'est notre état naturel.*

*Être se révèle avec la cessation de tout effort, de toute tension, de toute tentative d'atteindre quoi que ce soit, de toute stratégie.*

*Tout déposer un instant, lâcher toute pensée, toute tension, toute tentative d'être, tout désir... et se laisser entendre ce qui demeure, là, en cet instant...*

Avant d'être un homme, une femme, avant notre nom, notre histoire de vie, il est un fil conducteur, une Présence de fond immuable. Cette Présence est appelée l'Être. Il est ce que Nous Sommes réellement.

L'invitation de cette rencontre est à re-découvrir cette « êtreté ». Tout ce que nous avons appris, lu ou entendu parle peut-être de cette Présence de fond mais n'est pas l'Être. Nous ne pouvons savoir ce qu'il est, nous ne pouvons que l'être.

Il est ce qui demeure, en amont de toutes nos pensées, nos perceptions, nos sensations. Interrogeons-nous ensemble sur la nature effective de ce que l'on appelle « moi » jusqu'à percevoir que « moi » est aussi une pensée crue à tort. Et réalisons que cette pensée prise pour la réalité est à l'origine même de nos souffrances existentielles.

Se dévoile alors ce que Nous Sommes intimement, Espace d'Accueil pur et éternel, Regard doux et neuf.

Je Suis, qu'il apparaisse tristesse ou joie, tranquillité ou agitation.

Ce bonheur manifesté dans le monde sous forme de paix, joie, amour, n'est pas lié aux circonstances de notre vie mais aux retrouvailles avec notre vraie nature.

Bienvenue à la maison !

\*\*\*

**Horaires et participation aux frais :** De 10h à 17h avec pauses – 150 CHF/€ le week-end. En cas de souci financier réel, n'hésitez pas à nous en parler.

Merci d'apporter un plat salé ou sucré que nous partagerons lors des repas du samedi et dimanche midi (de préférence végétarien et préparé par vous-même).

**Lieu :** La Filature, Chemin de la Condémine 1315 La Sarraz (près de Lausanne).

En cas de souci, il est possible de venir vous chercher à la gare de La Sarraz située à 1,3km de la Filature.

**Inscriptions & renseignements** auprès de Arnaud : [arnaud.plancher@gmail.com](mailto:arnaud.plancher@gmail.com) - Tél. +41 762 95 35 04

Votre inscription sera validée après versement d'un acompte de 80 CHF à Arnaud.

\*\*\*

[Chaîne youtube de Marion](#) - [Chaîne youtube de Gérard et Marion](#)

Présentation, sommaire et extraits du livre de Gérard sur : <http://regardercequiest.org>

Présentation, sommaire et extraits du livre de Marion : <http://cequiest.org/>