



**Chemins de contemplation,
vivre la présence au cœur de nous-mêmes**

Avec Laurent Juvet

19 et 20 septembre 2026

À l'Abbaye de Valsaintes

(Simiane la Rotonde, Alpes de Haute Provence)

Si toutes les traditions spirituelles tendent le doigt de leurs discours vers la manifestation de l'Essentiel, comment faire pour ne pas s'attacher au doigt mais plutôt regarder ce qu'il désigne ? Comment ne pas se laisser piéger dans le conceptuel pour arriver à voir au-delà des mots la réalité qui se manifeste à nous et qui est déjà présente ? C'est ce que nous proposera Laurent Juvet, spécialiste de la spiritualité de Maître Eckhart, des mystiques chrétiens et de la spiritualité de l'Inde.

Nous sommes toutes et tous entrés en spiritualité par un chemin singulier, une tradition

particulière, suivant en cela notre désir intérieur, notre intuition ou peut-être même une expérience fondatrice. Nous avons lu des livres, écouté des enseignants, suivi des sessions, nous avons peut-être voyagé à la rencontre de certaines traditions. Parfois nous sommes allés vers d'autres traditions, d'autres formulations. Nous avons peut-être remarqué que les traditions avaient comme un air de famille, dont parfois les discours semblaient se rejoindre, d'autres fois diverger.

Mais qu'en est-il vraiment ? Au-delà des discours, la réalité ne se laisse saisir par aucun mot, et c'est à la rencontre de cette réalité, de la manifestation de quelque chose de l'ordre de la source la plus profonde que nous voulons diriger notre vie spirituelle.

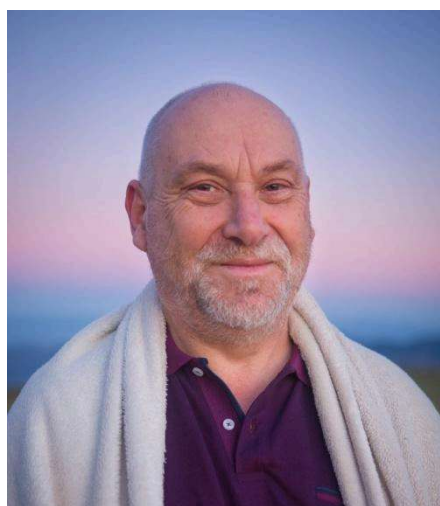
Parfois, peut-être, le discours nous a conduits dans une impasse, dans un sentiment de blocage spirituel, soit par incompréhension, soit par une trop grande complexité, soit par un manque de confiance en soi. La fatigue s'installe, le doute émerge, le découragement vient, et parfois le « à quoi bon ? ». Mais quel dommage !

Laurent Juvet nous conduira au-delà des traditions particulières vers ce qu'elles ont essentiellement en commun, en répondant à deux questions : De quoi s'agit-il ? Comment y progresser ?

Laurent donnera à la fois un enseignement très simple, basé sur des grands textes de Maître Eckhart, du Yogasûtra, de la Bible, et des grands mystiques. Il nous invitera à des pratiques qui ouvrent le cœur, et répondra aux questions. La réalité de l'éveil intérieur est si douce et si simple : pourquoi vouloir la rendre complexe et inaccessible ?

Les Chemins de Shanti sont particulièrement heureux et honorés d'accueillir, pour la première fois, Laurent Juvet. Son parcours, sa démarche et la qualité de son enseignement résonnent profondément avec l'élan qui anime notre association : revenir au cœur des grandes traditions spirituelles pour en révéler le sens vivant, et reconnaître ce vers quoi elles convergent — cet espace sacré en chacun de nous.

C'est une joie de pouvoir vous proposer cette rencontre, portée par une présence et une transmission que nous savons précieuses. Nous espérons que vous serez nombreux à venir vivre ce temps avec nous.



précédée d'une visioconférence **le 24 juin à 19h**
contemplation, au cœur de toutes spiritualités
participer à la visioconférence : [cliquez ici](#)

Laurent Juvet, de formations scientifique et musicale, s'est senti attiré très tôt par la vie monastique, à laquelle il a consacré 6

années de sa vie. Puis il poursuit son chemin en tant que maître de chapelle en Allemagne, commençant en parallèle un enseignement de la méditation et de la spiritualité dans toute l'Europe (France, Belgique, Suisse, Allemagne, Italie).

Il a publié des textes fondamentaux de la spiritualité, tels que le Yogasûtra, le Samkhya, l'intégrale des 180 sermons de Maître Eckhart, le Château de l'âme de Thérèse d'Avila, l'Art de l'esprit joyeux en collaboration avec Alexandre Jollien, et des textes plus généraux, tel que « le cœur de la spiritualité, ce que toutes les traditions ont en commun ». Hors de toute église et de toute chapelle, il nous invite à retrouver notre « moi » essentiel, de quelque nom qu'on veuille le nommer.

Pour en savoir plus : <https://jouvet.org/>

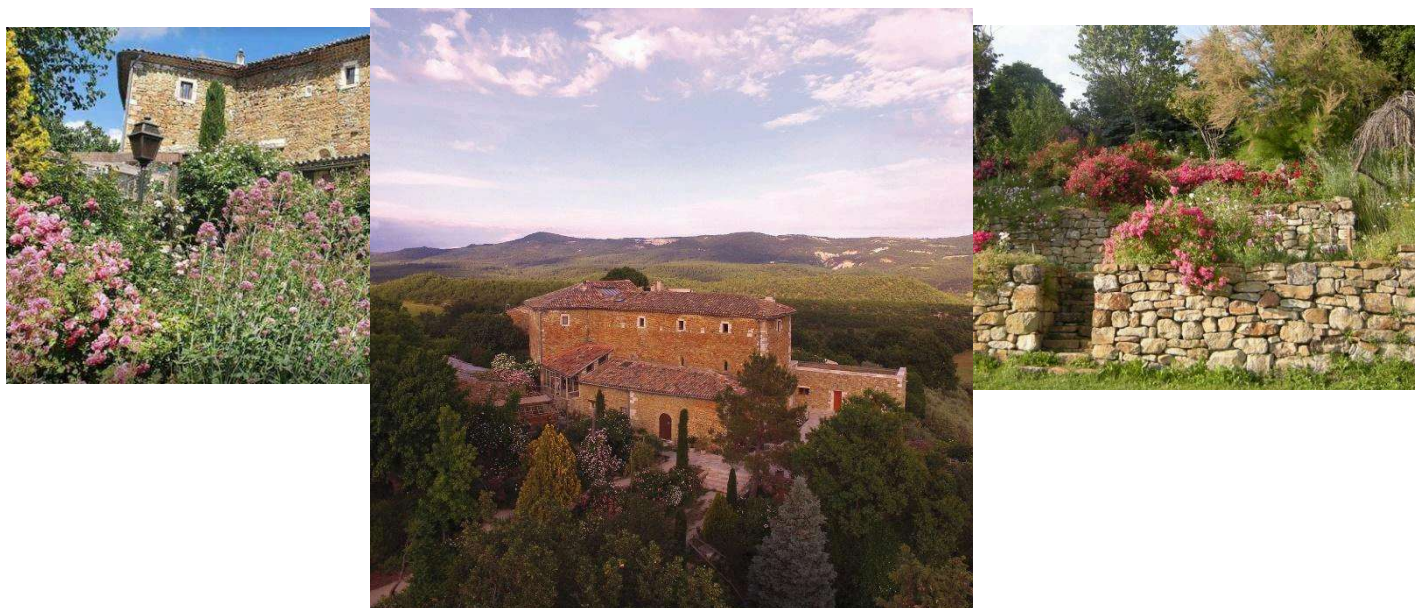
L'Abbaye de Valsaintes

Au cœur des Alpes de Haute-Provence, l'abbaye de Valsaintes est un lieu d'une grande beauté, où la pierre ancienne dialogue avec la lumière et la nature. Fondée au XII^e siècle, elle abrite une chapelle simple et recueillie, dont l'acoustique remarquable en fait un espace particulièrement propice à l'écoute et à la méditation.

Autour de l'abbaye, les jardins déploient leurs allées, leurs senteurs et leurs charmes. Ils offrent un cadre vivant et apaisant, invitant naturellement à ralentir et à se relier à l'essentiel.

Nous aurons la joie de pouvoir utiliser la chapelle et les jardins durant le week-end, notamment pour une veillée autour du chant grégorien. Laurent Jouvet, maître de chant, nous invitera à une expérience sensible de la voix et du silence.

C'est la première fois que les Chemins de Shanti vous proposent de vivre une rencontre en ce lieu. Nous sommes très heureux de vous le faire découvrir, et nous espérons qu'il saura vous inspirer. Venez le découvrir... et vous laisser rencontrer par la présence...



Informations pratiques :

- Accueil des participants le samedi 19 septembre à partir de 11h
- Possibilité d'arriver sur place dès le vendredi soir à partir de 18h
- Nous souhaitons vivement votre présence pour le déjeuner du samedi à 12h30
- L'enseignement commence le samedi à 14h et prend fin le dimanche à 12h.
- Vous êtes cordialement invités à participer à **l'Assemblée Générale des Chemins de Shanti** qui se tiendra dimanche 20 septembre de 14h à 16h.

Programme du week end

Samedi 19 septembre

- 12h30 repas
- 14h-15h30 : **Enseignement**
- 15h30-16h30 : visite guidée des jardins de l'Abbaye de Valsaintes
- 17h-19h : **Enseignement**
- 19h30 repas
- 20h30 : **Chant grégorien** dans la chapelle avec Laurent Juvet (avec la participation de **Jean Louis Moine**, directeur de l'Abbaye de Valsaintes, qui enseigne aussi le chant grégorien)

Dimanche 20 septembre

- 8h petit déjeuner
- 9h30 - 12h : **Enseignement** (avec pause)
- 12h30 : Pot des Chemins de Shanti et repas
- 14h – 16h : **Assemblée Générale des Chemins de Shanti**
- 16h30 : Clôture du Week-end

Tarifs de participation : 120€ pour la session de Laurent Juvet

- Tarif early bird si inscription avant le 19 août 2026 : 100 €
- Tarif duo : 200€ si inscription à deux
- **Adhésion** à l'association Chemins de Shanti (obligatoire) : 20€ (ou à partir de 40€ pour adhésion de soutien)

L'aspect financier ne doit pas être un obstacle, n'hésitez pas à contacter Christine Raineri.

Hébergement et pension : plusieurs options sont possibles

Type de chambre	Tarif par nuit* (sans repas)	
	1 personne	2 personnes
Lit en Dortoirs (toilette douche sur le palier)	30€	
Chambre double (toilette douche sur le palier)	62€	42€/p
Chambre (toilette douche privée)	72€	62€/p

- *Les tarifs comprennent les draps et le ménage en fin de séjour).
- Les affaires de toilettes (serviettes, savon, shampoing) ne sont pas comprises dans les tarifs.
- Une taxe de séjour de 0.55€ / jour : pers sera demandée.
- **NB : Les personnes ne souhaitant pas être hébergées sur place devront dans tous les cas régler le tarif dortoir : 30€**

Repas :

- Les repas du samedi midi, samedi soir et dimanche midi sont prévus à l'Abbaye de Valsaintes ainsi que les petits déjeuners : Cuisine végétarienne. Tisanes et café sont disponibles sur place.
- Formule 3 repas et petit déjeuner : **68€** (du samedi midi au dimanche midi)
- Si vous venez dès le vendredi soir veuillez réserver votre repas auprès de l'Abbaye de Valsaintes

Modalités d'inscription :

1. **Contact :** Christine Raineri - Email : secretariatdeshanti@gmail.com
Tél : 07 86 48 00 58

Indiquez vos nom, prénom, adresse email, téléphone, ville, et options de participation.

2. Paiement :

- En ligne via Helloasso : [cliquez ici](#)
- Ou par chèque à l'ordre de Chemins de Shanti, à envoyer à : Christine Raineri, 72A rue du grand champ, 38110 Faverges de la Tour.
 - du montant total (dont 60€ d'arrhes)
 - Ainsi que l'adhésion (si vous n'êtes pas encore membre de l'association)
 - Inscrivez " Session Laurent Juvet -sept 2026 " au dos du chèque, avec vos coordonnées complètes.

Quant à l'hébergement et aux repas, veuillez réserver directement auprès de l'Abbaye de Valsaintes : info@valsaintes.org - Tél. 04 92 75 94 19

Règlement à l'Abbaye de Valsaintes : par virement ou par chèques ou sur place, par carte bancaires, chèques ou espèces.

Conditions d'annulation : en cas d'annulation de notre fait, les frais avancés seront remboursés. En cas de désistement de votre fait après le 12 septembre, les arrhes (60€) ne seront pas remboursées.

Le lieu : L'abbaye de Valsaintes [Jardin de l'Abbaye de Valsaintes - Le Jardin de l'Abbaye de Valsaintes](#)

Adresse de la session et accès : Lieu-dit Boulinette
04150 Simiane La Rotonde

Pour s'y rendre : Une [carte ici](#)

Par le train : Gare Avignon TGV ou Avignon Centre + Bus (915) jusqu'à Apt (Durée 1h 15 à 1h45) –

À Apt : covoiturage ou taxi (pour 8 personnes) : 04 90 04 71 71 , il est conseillé de pré réserver.

Possibilité de covoiturage via le site <https://covievent.org/> (ou contacter notre secrétariat)

[Cliquez ici pour vous inscrire sur le site de covoiturage](#)

Pour connaître tous les événements proposés par Chemins de Shanti, visitez
www.cheminsdeshanti.fr