



Kagyú Samyé Dzong

Centres d'Études tibétaines

samyétribune

*Journal des Centres Samyé Dzong de Belgique
trimestriel n°144 • juillet - août - septembre 2013*



EDITORIAL

Après un printemps aussi chargé en activités que durant l'automne 2012 et l'hiver 2013, avec les visites de Ken Holmes, de Lama Yeshé Losal Rimpotché, de notre Président Akong Rimpotché et de Lama Rinchen Palmo, nous pourrions mettre à profit l'été pour mettre en pratique les précieux enseignements reçus durant l'année académique qui vient de se conclure.



En plus des activités quotidiennes et hebdomadaires qui continueront cet été, nous venons de recevoir l'excellente nouvelle d'une nouvelle visite pendant la dernière semaine du mois d'août de S.E. Kalou Rimpotché, qui tient ainsi sa promesse formulée lors de son précédent passage en notre centre au début du mois de janvier dernier.

L'automne promet d'être aussi fertile que précédemment, puisqu'après un séminaire animé par Guélongma Kunzang en septembre, nous aurons le plaisir d'accueillir les deux premières semaines d'octobre Tulkou Ogyen Nyima, le 5ème Minyak Rimpotché, qui viendra nous enseigner la première partie du célèbre ouvrage du grand Patrul Rimpotché, « le Chemin de la grande Perfection ». Tulkou Ogyen reviendra en 2014 et en 2015 pour enseigner la suite.

Durant les mois de novembre et décembre, nous bénéficierons des séminaires données par Guélong Thoubten et par Lama Rinchen, qui animera également le grand rituel de Drouptcheu de Karmapakshi du 12 au 18 décembre.

Vous remarquerez à la lecture des pages qui suivent qu'une réorganisation des activités régulières a été opérée pour favoriser l'apprentissage et la pratique de la méditation, non seulement par la poursuite des séances quotidiennes de la méditation de pacification de l'esprit en début de soirée, mais également par des séances d'introduction à la posture de méditation, des séances de méditation pour débutants certains jours entre l'heure du midi, par des séances de méditation du Mahamoudra les dimanches ainsi que par les journées « Méditer, tout simplement ».

Par l'invitation de ces maîtres exceptionnels et l'organisation de séminaires, conférences et séances de méditation diverses, le centre Kagyu Samye Dzong poursuit ses efforts pour rendre accessibles les enseignements de la sagesse bouddhiste ainsi que les méthodes introspectives permettant de pacifier l'esprit et de cultiver les qualités qui lui sont inhérentes.

Carlo Luyckx, Administrateur délégué





VISITE DE SON EMINENCE KYABJÉ KALOU RIMPOTCHÉ

les lundi 26, mardi 27 et mercredi 28 août 2013 à 20h



*Photo prise par
Jean-Christophe Lamy
à Bruxelles en janvier 2013*

Conférences : **"Méditation : tradition, fantasma, réalité"** les lundi 26, mardi 27 et mercredi 28 août 2013 à 20h

Comme il avait promis lors de sa 3^{ème} visite en janvier 2013, Kalou Rimpotché revient à Bruxelles cet été pour nous faire partager sa vision de l'épanouissement spirituel. Par son style d'enseignement direct, franc et spontané, Rimpotché parvient à transmettre l'essence du message du Bouddha dans un langage particulièrement adapté aux réalités quotidiennes de la vie dans notre société contemporaine.

Participation aux frais pour les non membres : 15€ par soirée





MÉDITER, TOUT SIMPLEMENT ...

Le samedi 14 septembre 2013

Sessions : 9h à 10h30 - 11h à 12h30 - 14h30 à 16h - 16h30 à 18h

Une journée rafraichissante de méditation silencieuse à Samyé Dzong.

Pratiquer la méditation de manière intensive donne l'occasion aux participants aguerris de se retrouver et d'approfondir leur expérience introspective en s'appliquant diligemment à travers une série de sessions consécutives de méditation. Cette journée procure un environnement idéal qui permettra à ceux qui le souhaitent - grâce au soutien du groupe - de passer plus d'heures assis qu'ils ne le feraient habituellement.

L'accent sera mis sur la méditation assise silencieuse. Les participants devront avoir déjà acquis une certaine expérience pratique de la méditation. Aucune instruction ne sera donnée au cours des sessions.

Un pratiquant expérimenté dirigera la journée, sonnant le gong pour marquer le début et la fin des sessions, et répondra aux éventuelles questions en fin de matinée et d'après midi.

Participation aux frais : 1€ par séance pour les non membres

VISITE DE GUÉLONGMA KUNZANG

du vendredi 20 septembre au lundi 23 septembre 2013

Vendredi 20 septembre à 20h

Instructions sur la pratique méditative et le rituel du Bouddha Amithaba

**Samedi 21 et dimanche 22 septembre
De 10h30 à 12h30 et de 14h30 à 16h30**

Pratique de la méditation du Bouddha Amithaba. Apprentissage du rituel, des mudras, des mélodies et des instruments de musique utilisés dans la pratique.



Samedi 21 septembre à 20h

Rituel du Bouddha Amithaba pour les personnes récemment décédées

Lundi 23 septembre à 20h

Commentaire mot à mot du texte en tibétain de la prière de Dordjé Tchang

Conditions de participation : ouvert à tous

Participation aux frais :

8 € par séance ou 30 € pour le week-end (pour les non-membres)





VISITE DE TULKOU OGYEN NYIMA, LE 5^{ÈME} MINYAK RIMPOTCHÉ

du 01 au 15 octobre 2013



LE CHEMIN DE LA GRANDE PERFECTION

Les instructions orales de l'enseignement révélé par Jigmé Lingpa (1729-1798) transcrites par Patrul Rinpoché (1808-1887) sous le titre Les Paroles du maître Samantabhadra, constituent un ouvrage indispensable pour toutes les pratiques, qu'elles soient préliminaires ou principales.

Tulkou Ogyen Nyima, qui est basé à Kagyu Samyé Ling en Écosse, sera présent à Bruxelles du 1 au 15 octobre 2013 pour commencer l'étude de ce texte qui se poursuivra pendant une période de trois ans.



ACTIVITÉS RÉGULIÈRES À SAMYE DZONG BRUXELLES

Ces activités ont lieu comme indiqué sauf les jours de conférence

Pratiques mensuelles

Rituel de Karmapakshi (2ème Gyalwa Karmapa)

Les samedis 31 août et 28 septembre à 20h



Rituel d'Amitabha, Bouddha de Lumière infinie - Eupamé

Samedi 20 juillet, 17 août et 21 septembre à 20h

Rituel dédié aux personnes décédées durant le mois précédent



Rituel de Gourou Rimpoché Keuntchok Tchidu

Samedi 6 juillet, 3 août et 7 septembre à 20h



Pratiques hebdomadaires

Rituel de Tchenrézi Bodhisattva de la Compassion

Vendredi à 20h

Participation libre et ouverte à tous



Pratiques quotidiennes

Rituel de Tara Verte : La Libératrice

En semaine à 7h, le samedi à 8h, le dimanche et jours fériés à 9h



MÉDITER À SAMYE DZONG

L'objectif de la méditation bouddhiste est d'obtenir une compréhension profonde et intime de la nature de la réalité et de soi-même, une vision qui est libératrice de la souffrance et qui permet de voir qui nous sommes et ce qu'est la vie, et ainsi de mettre un terme à notre quête agitée et à notre insatisfaction.



Pour commencer il s'agit d'établir une pratique régulière de la méditation de Shi-Né (Tibétain) ou Shamatha (Sanskrit) afin d'apaiser l'esprit et de lui donner une base de stabilité physique et mentale qui permettront une vision plus profonde de l'être et de l'existence.

(SHI : Paix, calme, tranquillité - NE : être placé, demeurer, régner)





Les formules de méditation proposées à Samye Dzong

Pour commencer, apprendre à s'asseoir :

une fois par semaine, le mardi à 18h30 jusqu'au au 6 août 2013 et le jeudi à 18h30 à partir du 12 septembre 2013, une introduction à la posture de méditation, indispensable aux débutants et aux personnes qui n'ont pas eu d'instructions précises auparavant. Dans le bouddhisme, il est formellement contre-indiqué de méditer intuitivement ou sur la base de lectures, sans avoir reçu d'instructions provenant de la lignée de transmission orale.

Participation : 5€

Corps et esprit sont intimement liés et s'affectent mutuellement toute notre vie. L'esprit, soutenu par le corps et le souffle, obtient sa maîtrise et son éveil grâce à la posture juste. Celle-ci lui fournira paix, force et contrôle tout en favorisant l'équilibre des fonctions biologiques.

La posture en 7-points de Vairocana (nom allégorique donné au Bouddha Sakya-muni demeurant dans la dimension de « Lumière Toujours Paisible ») permet le maintien aisé d'une longue durée de méditation dans un état de grande harmonie, chose pratiquement impossible dans toute autre position. De plus, la détente constitue la base d'une clarté cristalline d'attention éveillée sans laquelle une méditation peut devenir somnolente ou brumeuse.

L'introduction à la méditation comporte une explication détaillée des 7 caractéristiques de la posture correcte, une méditation silencieuse et une séance de questions/réponses.

A partir du 11 septembre 2013, le mercredi et le jeudi de 12h30 - 13h15, une méditation guidée pour débutants composée d'une instruction posturale, de deux périodes de méditation assise et d'une méditation en marche.

Participation : 1€

Tous les jours du lundi au samedi de 18h30 à 19h30, méditation silencieuse Shi-Né, ouverte à ceux qui ont une certaine expérience de la méditation et qui ont suivi une introduction à la posture. Un coup de gong donné à 19h permet aux personnes désireuses de ne méditer qu'une demi-heure de sortir.

Participation : 1€

Le dimanche de 10h00 à 12h00 se retrouve un groupe de membres pour une séance de deux heures ininterrompues de méditation Mahamoudra. Tout autre personne étant en mesure de rester en méditation silencieuse pendant une telle durée est bienvenue de se joindre à ce groupe.

Participation : libre





ROKPA DONNE DE L'ESPOIR



L'EDUCATION Le meilleur atout pour échapper à la pauvreté !

En raison du manque d'enseignants qualifiés, d'écoles et de fonds, le niveau de scolarisation au Tibet est très faible : 62% des hommes et 87% des femmes ne sont pas alphabétisés.

Pour ROKPA, l'Education est un concept global holistique qui valorise la culture générale autant que le développement des qualités humaines.

Chaque année, les programmes éducatifs de ROKPA soutiennent plus de 10 000 élèves issus des milieux les plus défavorisés, les orphelins ou les enfants des familles monoparentales.

ROKPA :

- Construit des écoles,
- Fournit du matériel pédagogique en tibétain,
- Forme et emploie les enseignants,
- Encourage la scolarisation, la formation professionnelle et l'embauche des filles,
- Vise à l'éducation supérieure et l'université sans lesquelles les Tibétains ne peuvent prétendre à des postes supérieurs.
- Envoie les jeunes Tibétains les plus doués pour une éducation spécialisée en Europe.



Akong Rimpotché:

« Nous concentrons maintenant notre action sur l'aide aux jeunes dans l'éducation supérieure et l'université [...] Sans éducation supérieure, les Tibétains ne peuvent pas prétendre à des postes supérieurs. Et c'est là que nous avons besoin de votre aide »

Pour aider Dr Akong Rimpotché dans ce projet particulier ou dans tout autre programme humanitaire d'éducation, de santé, d'environnement et de préservation du patrimoine culturel tibétain, contactez lizrobyn@rokpa.org, coordinatrice de ROKPA Belgique ou bien faites un don en ligne à www.rokpa.org/bel/fr ou versez directement sur le compte ci-dessous :

**Aidez les programmes de ROKPA :
ING 310-0314246-52**





THÉRAPIE TARA ROKPA

Une méthode de psychothérapie et de développement personnel à la croisée du Bouddhisme et de la Psychologie occidentale. Elle a été fondée par le médecin et maître de méditation Akong Rinpotché.



Atelier 1

"Relaxation et Guérison - Healing Relaxation"

« Relaxation et Guérison » est un cours théorique et un atelier pratique basé sur le développement de la conscience corps/esprit afin de faciliter l'état de relaxation et les processus naturels de guérison. Ce premier niveau de la Méthode Tara Rokpa est un outil de gestion du stress adapté à la vie quotidienne et une excellente introduction à la méditation.

Cours complet sur 2 week-ends - Bruxelles, Septembre - Octobre 2013 - de 10h à 17h30

1^{ère} partie : 28 et 29 septembre 2013

2^{ème} partie : 26 et 27 octobre 2013

OU ? 31 rue Capouillet, 1060 Bruxelles.

PAF : 245 € pour les 4 jours, CD avec exercices inclus.

Inscriptions avant le 16 septembre 2013 (6 personnes maximum !)

Atelier 2

"Dompter le Tigre / Taming the Tiger"

« Dompter le Tigre / Taming the Tiger » est une méthode d'Entraînement de l'Esprit créée par le Dr.Akong Rinpotché. Cette approche, non confessionnelle, vise à mieux comprendre et maîtriser notre esprit, ce Tigre parfois paisible, parfois sauvage... et très souvent imprévisible !

Connaissance de soi et Compassion pour les autres sont au cœur d'un enseignement montrant que vie quotidienne et démarche spirituelle sont un même chemin.

Les ateliers se partagent entre réflexions sur des thèmes majeurs de la psychologie bouddhiste, relaxation, posture et pratique de l'Attention vigilante (Mindfulness). Débutants et méditants expérimentés bienvenus.

ATELIER 1 : à Ruy, 06, 07 et 08 juillet 2013, de 10h30 à 17h30
Ruy, commune de Stoumont.

ATELIER 2 : à Spa, 30, 31 août et 01 septembre 2013, de 10h30 à 17h30.

"La Source Sauvage", 4900 Spa.

PAF: 5 Euros/jour pour la location de la salle

Participation suggérée pour l'enseignant: 25 euros/jour

Repas de midi pris en commun. Merci d'apporter nourriture et boissons à partager.

Informations et inscriptions:

Jean-Christophe Lamy 02 538 87 53 ou 0495 57 20 86

E-mail: tararokpa@skynet.be





ASTROLOGIE ET SPIRITUALITÉ

«Les quatre karmas de base en astrologie traditionnelle et tibétaine.»

Deuxième partie : Le karma prénatal

Conférence d'Emmanuel Le Bret

Vendredi 13 septembre 2013 à 20h

(participation 5 €)



Selon le bodhisattva de compassion Tchenrézi, l'astrologie spirituelle est précieuse pour aider tout un chacun à mieux accomplir son chemin. Tchenrézi demandera, autour du VIII^e siècle, au yogi Padmasambhava de retrouver cet enseignement astrologique caché des profanes et de le faire renaître pour l'accomplissement de tous. Padmasambhava dira alors « L'astrologie est un bienfait pour les créatures du monde ».

Selon les enseignements de l'Astrologie Traditionnelle Spirituelle et en harmonie avec les préceptes du Bouddhisme, l'interrogation centrale à résoudre individuellement dans cette incarnation concerne la perception de notre karma à accomplir. Il n'en reste pas moins que cette notion reste souvent une donnée trop générale et peu individualisée que chacun peut gagner à approfondir. Parmi les nombreuses approches de cette question, cette conférence vous invite à découvrir quels sont les quatre karmas de base inhérents à chaque personne : - **le karma résiduel** - **le karma post-mortem** - **le karma prénatal** - **le karma de contingence**. La conférence inclura des exemples précis pour chaque cas de figure proposé auxquels s'ajouteront des explicatifs détaillés des domaines de prédilections où s'exerce chaque type de karma évoqué. Dans le respect de soi, l'esprit de tolérance et de compassion.

Des consultations individuelles sont proposées les :

vendredi 13, samedi 14, dimanche 15 et lundi 16 septembre 2013.

Merci de contacter le secrétariat du centre pour toute information et possibilité d'inscription, dès juillet 2013 (tel : + 32 2 537 54 07) – (mail: centre@samyebel.be)





SOUTENEZ KAGYU SAMYÉ DZONG BRUXELLES EN DEVENANT MEMBRE

Le Centre d'Études tibétaines ne bénéficie pas de subsides. Son financement repose entièrement sur les dons et les cotisations de ses sympathisants, ainsi que sur la participation des résidents. Il existe trois sortes de membres, qui impliquent des avantages différents :

Membre sympathisant : 10 € par mois

Donne droit à une réduction de 25% aux enseignements.

Membre adhérent : 20 € par mois

Donne droit à 50% de réduction aux enseignements et 10% sur les articles de la boutique.

Membre bienfaiteur : 40 € par mois

Donne droit à l'entrée libre aux enseignements et 10% sur les articles de la boutique.

Une carte correspondant à la catégorie de membre que vous choisissez vous sera délivrée au secrétariat ou envoyée par la poste dès votre inscription sur le site internet « www.samyé.be » à la rubrique « inscription » ou par le bulletin que vous pouvez obtenir au secrétariat.

**L'adhésion peut se faire en un versement annuel
ou un paiement mensuel par ordre permanent
au compte 310-0314247-53
ou IBAN BE53 3100 3142 4753.**

TRAVAUX DANS LE STUDIO DES LAMAS

Le studio qui permet d'accueillir les Lamas et conférenciers en visite au centre, et plus particulièrement les sanitaires, nécessitent une intervention urgente pour éviter des dégradations plus importantes. **Le coût des travaux est estimé à 5.000 €.** C'est pourquoi nous faisons appel à la générosité des sympathisants du centre.

Tout don peut être versé au **compte 310-0314247-53**
avec la mention « Studio des Lamas »





Journal des Centres Samyé Dzong de Belgique
Périodique trimestriel n°144, juillet-septembre 2013
Editeur responsable:
Carlo Luyckx, 33 rue Capouillet, 1060 Bruxelles
Tél: (02) 537 54 07
Bureau de dépôt: Bruxelles X - Agréation N°405089

Centres d'Études tibétaines

KAGYU SAMYE DZONG BRUXELLES asbl

Karma Shedrup Gyaltsso Ling
33, rue Capouillet - 1060 Bruxelles
Tél: +32 (0)2 537 54 07 Fax: +32 (0)2 537 42 45
E-mail: centre@samyebelgium.be
Site Internet : www.samyebelgium.be
Permanences du secrétariat : du mardi au samedi de 14h30 à 18h30

KAGYU SAMYE DZONG NIDRUM asbl

Auf Dem Köttenberg, 14 - Nidrum-Butgenbach
Tél : +32 (0)486 531 458
E-mail : samyebelgium@unitedtelecom.be
Site Internet : www.samyebelgium.be/ksd-nidrum



La Boutique de Samyé Dzong

33, rue Capouillet
1060 Bruxelles
Tél: (02) 538 13 80
E-mail: dupkang@samyebelgium.be
www.samyebelgium.be
*(sur la page d'accueil à droite)
Ouvert du mardi au samedi
de 14h30 à 18h30 et en
soirée les jours où ont lieu
des cours ou conférences*

*Compte tenu de la nature des informations, photographies et reproductions que ce programme contient,
si vous souhaitez vous en défaire, merci de bien vouloir le brûler plutôt que de le jeter aux ordures.*