



Kagyú Samyé Dzong de Belgique

Centres de méditation bouddhistes tibétains
dédiés à la paix et au mieux-être dans le monde



samyétribune

*Journal des Centres Samyé Dzong de Belgique
trimestriel n°137 • octobre-décembre 2011*



KAGYU SAMYÉ DZONG



Lama Yéshé Losal Rinpotché
et Akong Tulkou Rinpotché

Les centres Samyé Dzong font partie d'un réseau international de centres de méditation représentés dans de nombreux pays en Europe et en Afrique. Tous ces centres sont affiliés à Kagyu Samyé Ling en Ecosse qui est à l'origine et au cœur de ce réseau d'associations. Samye Ling fut le premier centre bouddhiste tibétain créé en Europe en 1967, fondé par Akong Tulkou Rinpotché et feu Tcheugyam Trungpa Rinpotché. Le nom "Samyé Ling", qui signifie "Endroit au-delà ce que l'on peut imaginer", fut choisi en référence au premier monastère établi au Tibet au 8^{ème} siècle également appelé Samyé.

Samyé Ling et tous les Samyé Dzong sont sous la direction spirituelle d'**Akong Tulkou Rinpotché** et de **Lama Yéshé Losal Rinpotché** et appartiennent à la lignée Karma Kagyupa du bouddhisme tibétain, dont le plus haut représentant est le 17^{ème} Gyalwa Karmapa, **Orgyen**

Drodul Trinlé Dordjé. Ces centres représentent la branche spirituelle de la fondation Rokpa, dont les autres domaines d'activité sont la thérapie Tara Rokpa et l'aide humanitaire Rokpa International, qui ont chacune des branches dans divers pays.

Sommaire

Editorial	3
Drouptcheu de Gourou Rinpotché - Décembre 2011	4
Avec Lama Rintchen Palmo	
Cours réguliers à KSD Bruxelles	5-6
Introduction pour débutants	
Cours de 1 ^{ère} année et 2 ^{ème} année	
Etude à distance du cours "Home Study" (en anglais)	
Réunions des groupes	7
Mahamoudra - retraites mensuelles de pratique intensive	
Bardo - accompagnement des personnes en fin de vie	
Week-end de pratique du Lodjong	
Pratiques régulières à KSD Bruxelles	8-9
Quotidien : Tara Verte - Shiné	
Hebdomadaire : Tchenrézi - Tcheud	
Mensuel : Amitabha - Gourou Rinpotché - Karmapakshi	
Activités annexes à KSD Bruxelles	9-10
Méditation Zen (Thich Nhat Hanh) - Hatha Yoya - Shiatsu	
Thérapie Tara Rokpa - Astrologie	
Calendrier récapitulatif	11

Plus d'infos sur toutes les activités des Samye Dzong sur : www.samye.be





Akong Rinpotché



Yéshé Losal Rinpotché



Sangyé Nyenpa Rinpotché



Ringu Tulkou Rinpotché



Khenpo Damtcheu Dawa

Après un été riche en activités et les nombreuses visites de Lamas qui se sont succédées au fil des derniers mois, l'automne à Samyé Dzong s'annonce plus calme. C'est l'occasion pour les membres du centre de prendre du temps pour se concentrer et se familiariser avec l'application au quotidien des nombreux enseignements et pratiques reçus.

Divers cours rythment la vie du centre, permettant aux personnes qui souhaitent approfondir leurs connaissances d'être soutenus à travers des contacts réguliers avec d'autres étudiants. Le point d'orgue de cette fin d'année sera le Droupchteu de Gourou Rinpotché, que dirigera Lama Rintchen Palmo, soutien spirituel de Samyé Dzong à Bruxelles depuis sa nomination en 2010 par Akong Rinpotché. Plusieurs membres de la Sangha de Samyé Ling participeront aussi à cet évènement qui a lieu chaque année depuis 2007.

Du point de vue organisationnel, le fonctionnement du centre est en cours de restructuration, suite aux décisions prises lors de la dernière assemblée générale. Nous cherchons à créer des groupes de bénévoles qui puissent prendre en charge certains secteurs d'activités tels que les visites de Lamas, l'organisation d'évènements, ou encore la publication des enseignements donnés au centre. Les personnes désirant contribuer à un meilleur fonctionnement du centre sont cordialement invitées à se manifester auprès du secrétariat.

Toute l'équipe de Samyé Dzong vous souhaite une agréable, paisible et enrichissante fin d'année, en espérant que vous serez nombreux à venir partager des moments d'étude, de pratique et de détente au centre, qui existe précisément dans ce but.

Carlo Luyckx
Administrateur délégué





DROUPTCHEU DE GOUROU RINPOTCHÉ

Keuntchok Tchidu - du dimanche 4 au samedi 10 décembre 2011

Avec Lama Rintchen Palmo, les ex-retraitants de Samyé Ling en Écosse et la Sangha de Samyé Dzong Bruxelles

Lama Rinchen Palmo a commencé à pratiquer le Bouddhisme à Paris avec Maître Deshimaru dans les années 1970, pour se tourner ensuite vers la tradition tibétaine qu'elle suit depuis près de 30 ans. Elle a accompli deux fois la retraite de 4 ans à Samyé Ling avant d'aller s'installer sur Holy Island où elle assiste à présent les retraitants depuis 13 années. Lama Rintchen a été désignée par Akong Rinpotché en 2010 comme assistante spirituelle des Samyé Dzong en Belgique.



Rejoignez nous pour la grande pratique annuelle de Gourou Rinpotché, un rituel d'une semaine pour écarter les obstacles dans l'environnement extérieur et de l'esprit à l'intérieur. Ce Drouptcheu est dédié en général à la paix dans le monde, et en particulier à la longue vie et aux activités du 17^{ème} Gyalwa Karmapa - Orgyen Trinlé Dordjé - avec le souhait que nous puissions l'accueillir à Samyé Dzong dans un futur proche.



Participer à un Drouptcheu tel que celui-ci est considéré comme une source importante de mérites. Il en résulte de grands bienfaits. Toute personne qui le désire peut venir se joindre au groupe pour réciter les prières du rituel, empreintes de sens, et qui élèvent l'esprit vers les plus nobles aspirations. La participation est gratuite, mais toute contribution est la bienvenue, sous forme de donations pour la Sangha, d'of-

frandes pour les Tsok (partage de nourriture chaque après midi), offrandes pour l'au-
tel, etc.

HORAIRES DRUPCHO du 4 au 10 décembre 2011

7h00 à 8h00	Tara Verte
8h00	Petit déjeuner
9h30 à 12h00	1 ^{ère} session
12h00	Déjeuner
14h30 à 17h30	2 ^{ème} session
18h00 à 19h00	Mahakala
19h00	Dîner

Inscription auprès du secrétariat obligatoire pour les repas au plus tard le midi du jour précédent



COURS D'INTRODUCTION AU BOUDDHISME ET À LA MÉDITATION

DEBUTANTS

Brève introduction destinée aux personnes désirant prendre un premier contact avec le centre, le bouddhisme et la méditation telle qu'on la pratique dans la tradition tibétaine.

Samedi 8 octobre, samedi 12 novembre et dimanche 11 décembre de 14h00 à 18h00

Donné par Eric Dezert (voir page 9)

PAF : 7 € par cours



1^{ère} année - APPRENTISSAGE DES BASES

MERCREDI à 20h00 (voir calendrier récapitulatif page 11)

Cours hebdomadaires de septembre à juin - Donnés par Guido Bastiaensen

Guido BASTIAENSEN - Ami du centre depuis plus de vingt ans, Guido a suivi pendant dix ans le cours du Mahamoudra avec Tai Sitou Rinpotché et Lama Yéshé Losal Rinpotché à Samyé Ling en Écosse.



Le cours est ouvert à toute personne désireuse de s'engager dans un apprentissage régulier de la méditation et d'acquérir des connaissances de base de la philosophie bouddhiste. Il est une bonne introduction à la tradition tibétaine et à ses méthodes pour s'engager dans un cheminement de transformation en vue de trouver un plus grand équilibre et la paix intérieure, fondements de toute pratique spirituelle. On y commencera par l'apprentissage des techniques de base, telles que la posture et la concentration sur le souffle. Parallèlement, des explications seront données sur la manière dont on peut mieux vivre le quotidien en développant la vigilance et le calme intérieur.

Informations et inscriptions : centre@samybe.be – 02.537.54.07

PAF : 75 € pour le trimestre (octobre - décembre)

2^{ème} année

« LES 7 POINTS DE L'ENTRAÎNEMENT DE L'ESPRIT »

JEUDI à 20h00 (voir calendrier récapitulatif page 11)

Cours hebdomadaires de septembre à juin

Donnés par Eric Dezert (voir page 9)

Réservé aux personnes ayant suivi la 1^{ère} année

Informations et inscriptions : centre@samybe.be - 02/5375407

PAF : 75 € pour le trimestre (octobre - décembre)





WEEK-END DE PRATIQUE DU LODJONG

L'Entraînement de l'esprit en 7 points du samedi 22 et dimanche 23 octobre 2011

*Réservé aux personnes ayant reçu les enseignements
et les pratiques spécifiques du Lodjong*

Informations et inscriptions : centre@samye.be ou 0487/622409

NOUVEAU !

NOUVEAU !

Groupe d'étude du cours de trois ans par correspondance de Ken Holmes

Ken Holmes, enseignant du bouddhisme, auteur et traducteur, est directeur d'études au monastère de Samyé-Ling en Écosse, le premier centre bouddhiste tibétain fondé en Occident. Au cours de 40 années d'expérience intensive, il a participé à l'établissement du bouddhisme en Europe occidentale, tant à titre d'acteur que de témoin.



ATTENTION ! Ce cours est en Anglais uniquement

Le cours est constitué de 30 modules d'une cinquantaine de pages, qui traitent les sujets centraux de la philosophie bouddhiste, depuis ses fondements communs à toutes les traditions, jusqu'au points les plus subtils de la théorie du Vajrayana, en particulier telle qu'elle est présentée du point de vue de la tradition Kagyupa à laquelle le centre appartient.

Les premiers modules vont être étudiés au rythme d'un module tous les deux mois. Des réunions coordonnées par un animateur auront lieu toutes les deux semaines, au cours desquelles les participants pourront discuter des points qui leur posent problème. Une fois par mois, une vidéoconférence sera organisée pour pouvoir clarifier avec Ken Holmes les points encore en suspens.

Informations : centre@samye.be – 02.537.54.07

Inscriptions : <http://www.calm-and-clear.eu/enrolonline.html>

Ce partenaire supporte l'association

DIXITE sprl

Bastion Tower, Etage 20 - 5 Place du Champ de Mars - 1050 Bruxelles
**"Dixite focuses on enterprise and Web solutions that maximize the power
and benefits of open source and open standards"**

Contact : Rudy DEMO - Tél : +32 232 2 550 3655 - Email : sales@dixite.com





RÉUNIONS DU GROUPE MAHAMOUDRA

Les week-end du 15 et 16 octobre, 19 et 20 novembre, 17 et 18 décembre 2011

Le week-end sera dirigé par des membres du groupe qui étudie et pratique les enseignements de Tai Sitou Rinpotché en Inde sur le Mahamoudra depuis 4 ans.

Ces journées de pratiques intensives seront ponctuées de repas en commun, auxquels chaque participant est invité à apporter sa contribution.

Les personnes ne faisant pas partie du groupe sont également les bienvenues et peuvent venir faire leurs pratiques pendant les sessions, profitant ainsi de la dynamique du groupe.



RETRAITE À SAMYE DZONG DRÎ L'AK

du samedi 29 octobre au dimanche 6 novembre 2011

Réservée aux participants du Cours de Situ Rinpotché à Shérab Ling

Informations et inscriptions : centre@samy.be – 02.537.54.07

RÉUNION DU GROUPE BARDO

le samedi 26 novembre 2011

Rencontre avec le responsable du Groupe Bardo de Samyé Dzong à Londres.
Plus de détails sur le site Internet prochainement.

ACTIVITÉS RÉGULIÈRES

Chaque jour

TARA VERTE- La Libératrice

En semaine à 7h, le samedi à 8h, le dimanche et jours fériés à 9h
Dirigé par Carlo LUYCKX (voir page 9)

SHINÉ

du lundi au samedi 18h30 à 19h30

Pacification de l'esprit - Assise silencieuse

Dirigé alternativement par les membres d'une équipe sous la responsabilité de Luc Vreux

Ouvert à tous



Luc VREUX - Praticant de longue date, Luc a vu le centre se développer pratiquement depuis le commencement en 1977, et il a pris part aux activités de manière régulière tout au long de ces années. Il est depuis plusieurs années en charge de l'organisation du groupe de pratique de Shiné.





Chaque semaine

DIMANCHE à 19h30 (voir calendrier récapitulatif page 11)

En alternance : **Tcheud les jours pairs / Tchenrézi les jours impairs**

Dirigés par Eric Dezert et par Patrick Andries, membre du centre depuis de nombreuses années.

RITUEL DE TCHENREZI - Bodhisattva de la compassion

RITUEL DE TCHEUD - "La Coupure", qui tranche la saisie de l'ego



Chaque mois

Rituel de GOUROU RINPOTCHE - Keuntchok Tchidu

Chaque 10^{ème} jour du calendrier lunaire

(voir calendrier récapitulatif page 15)

Jeudi 6 octobre à 17h00 - rituel court

Samedi 12 novembre à 19h45 - rituel long avec Tsok

Samedi 3 décembre à 10h et 14h

Enseignement par Lama Rintchen Palmo sur la signification du Drouptcheu de Gourou Rinpotché

DROUPTCHEU du dimanche 4 au samedi 10 décembre

(voir détails page 4)

Rituel D'AMITABHA - Bouddha de Lumière infinie

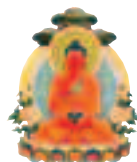
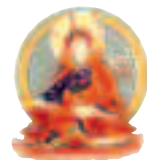
Chaque jour de pleine lune, 15^{ème} jour du calendrier lunaire

Pour les personnes décédées durant le mois précédent

Mardi 11 octobre à 17h00 - Jeudi 10 novembre à 17h00

Samedi 10 décembre à 19h45

Dirigés par Éric Dézert



Eric DEZERT - Arrivé à Bruxelles en 1997 à la demande d'Akong Rinpoché et de Lama Yéshé Losal Rinpotché, Eric a étudié le Bouddhisme en Inde et au Népal pendant plusieurs années auprès de Tai Sitou Rinpotché et de Khenpo Tsultrim Gyamtsu Rinpotché, avant de venir vivre en Écosse en 1990 où il accomplit la retraite traditionnelle de trois ans à Samye Ling.



Rituel de KARMAPAKSHI - le 2^{ème} Gyalwa Karmapa

Samedi 29 octobre à 19h45 / Samedi 19 novembre à 19h45

Samedi 17 décembre à 19h45

Dirigés par Carlo Luyckx





Carlo LUYCKX - Membre fondateur et administrateur délégué du Centre, Carlo étudie avec Akong Rinpotché depuis 1970. Très actif au début dans la création des premiers centres bouddhistes en Belgique et dans l'étude de la peinture des thankas, il a entamé des études universitaires en 1984 et dirige depuis 1991 le Bureau de Liaison Bruxelles-Europe. Il est depuis 2000 également échevin de la commune de Saint-Gilles. Il se retire chaque été pour plusieurs semaines de retraite dédiée à la méditation.



PAF : La participation aux rituels est gratuite et ouverte à tous

MÉDITATION ET RELAXATION ZEN

Chaque vendredi de 20h00 à 22h00

Suivant les traditions et les pratiques du Maître Zen Thich Nhat Hanh

La Sangha belge de Thich Nhat Hanh est remplie du même esprit qui anime les pratiquants du Village des Pruniers en France. On y cultive essentiellement la méditation silencieuse, la méditation guidée et la marche méditative. Chaque soirée se terminant par un partage basé sur l'écoute profonde.

Pour tous renseignements : villagedespommiers@gmail.com

Peppino Capotondi : 0478/609 976

PAF : Donation au choix



YOGA

Donnés par Sabine (Psychomotricienne), formée au Yoga en Inde dans la tradition de Swami Shivananda.
Formation sonore : Open Ear center.



Hatha Yoga

La pratique du yoga permet de développer la présence à soi-même dans l'acceptation de ce qui se vit à travers les postures (asanas), la respiration (pranayama) et la relaxation.

Les lundis de 20h00 à 21h30 / Les mercredis de 16h30 à 18h00

Les vendredis de 12h30 à 14h00 / Les samedis de 9h30 à 11h00

Son & Yoga

Atelier de méditation sonore - exploration des sons et de leur utilisation dans un but d'harmonisation.

Les lundi 7 et 21 novembre, 5 et 19 décembre 2011 - de 10h00 à 11h30

PAF : 10 € pour une séance - Abonnement de 80 € pour 10 cours, valable 3 mois

Infos : auprès du secrétariat ou sabinayug@yahoo.fr



SHIATSU

D'origine japonaise, le Shiatsu est un massage stimulant les points d'acupuncture. Le shiatsu convient à tous et ses applications sont multiples. Les effets les plus notables sont une amélioration du flux de l'énergie vitale dans le corps, une sensation de bien-être et une plus grande harmonie du corps et de l'esprit.



Traitement sur rendez-vous par thérapeute certifiée par la Fédération belge de Shiatsu ainsi que la Fédération européenne.

Contact : 0497 40 24 25 - shiatsu25@yahoo.com

ASTROLOGIE ET TRADITION TIBÉTAINE

"Voie du solitaire spiritualiste ou voie du couple spirituel ?"

Conférence le samedi 26 novembre 2011 à 20h00

Entre karma et dharma l'amour, voie solaire du cœur interpelle chacun au carrefour des émotions, des sentiments, des désirs, des attaches et des besoins vitaux. Cette passerelle étroite de l'absolu en chacun, privilège dans la recherche spirituelle des approches complémentaires. En harmonie avec le bouddhisme tibétain, quels sont les chemins de transparence pour devenir facette du diamant de l'esprit et accéder à la liberté intérieure ? Qui fait "qu'une vie réussie est un amour réussi" comme le dit si justement Arnaud Desjardins.

Entrée gratuite - Donnée par Emmanuel Le Bret

Pour une **consultation individuelle**, merci de contacter le secrétariat aux heures de permanence pour prendre rendez-vous :

Tél : 02 537 54 07 – Email : secretariat@samy.be

TAÏ CHI

<http://www.moytaichi.com/fr.htm>

Première séance de démonstration et d'inscription
le **mardi 11 octobre à 20h00**

Les cours auront ensuite lieu chaque semaine le mardi soir à 20h00

PAF : 25 € pour un abonnement d'un mois

Infos : Antoine DAVE - 0477/874463 - antoinedave@yahoo.fr



CALENDRIER RÉCAPITULATIF

Octobre

1 S	Tcheud
2 D	
3 L	
4 M	Home S
5 M	Intro 1
6 J	G.R. Intro 2
7 V	Zen
8 S	Intro M
9 D	Tchen
10 L	
11 M	Amit
12 M	Intro 1
13 J	Intro 2
14 V	Zen
15 S	WE Mahamoudra
16 D	Tcheud
17 L	
18 M	Home S
19 M	Intro 1
20 J	Intro 2
21 V	Zen
22 S	WE Lodjong
23 D	Tchen
24 L	
25 M	
26 M	Intro 1
27 J	Intro 2
28 V	Zen
29 S	Retraite Mahamoudra Dri l'Ak K. Pak.
30 D	Tcheud
31 L	

Novembre

1 M	Retraite
2 M	Ma-hamoudra Yoga
3 J	Dri l'Ak
4 V	Yoga Zen
5 S	Yoga
6 D	Tcheud
7 L	Yoga Yoga
8 M	Home S
9 M	Yoga Intro 1
10 J	Amit Intro 2
11 V	Yoga Zen
12 S	Yoga Intro M G.R.
13 D	Tchen
14 L	Yoga
15 M	
16 M	Yoga Intro 1
17 J	Intro 2
18 V	Yoga Zen
19 S	Yoga K. Pak.
20 D	WE Mahamoudra Tcheud
21 L	Yoga Yoga
22 M	Home S
23 M	Yoga Intro 1
24 J	Intro 2
25 V	Yoga Zen
26 S	Yoga Bardo Astro.
27 D	Tchen
28 L	Yoga
29 M	
30 M	Yoga Intro 1

Décembre

1 J	Intro 2
2 V	Yoga Zen
3 S	Yoga
4 D	Tcheud
5 L	Yoga
6 M	Drouptcheu Home S
7 M	Intro 1
8 J	Intro 2
9 V	Zen
10 S	Amit
11 D	Intro M Tchen
12 L	Yoga
13 M	
14 M	Yoga Intro 1
15 J	Intro 2
16 V	Yoga Zen
17 S	Yoga K. Pak.
18 D	WE Mahamoudra Tcheud
19 L	Yoga Yoga
20 M	Home S
21 M	Yoga Intro 1
22 J	Intro 2
23 V	Yoga Zen
24 S	Yoga
25 D	Tchen
26 L	Yoga
27 M	
28 M	Yoga
29 J	
30 V	Yoga Zen
31 S	Yoga

Matin Midi Ap.-Mi. Soir Visite

TOUS LES JOURS: PRATIQUE DE SHINE ET TARA VERTE

www.samyeb.be



Journal des Centres Samyé Dzong de Belgique

Périodique trimestriel n°137, octobre-décembre 2011

Editeur responsable: Carlo Luyckx, 33 rue Capouillet, 1060 Bruxelles

Tél: (02) 537 54 07 - Bureau de dépôt: Bruxelles X - Agréation N°405089

Centres de méditation bouddhistes tibétains dédiés à la paix et au mieux-être dans le monde

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@samybe.be - Site Internet : www.samybe.be

Permanences du secrétariat : du mardi au samedi de 14h30 à 18h30

KAGYU SAMYE DZONG NIDRUM asbl

Auf Dem Köttenberg, 14 - Nidrum-Butgenbach - Tel : +32 (0)486 531 458

E-mail : samydzong@versateladsl.be

KAGYU SAMYE DZONG DRI L'AK asbl

Dri l'Ak, 2 - 4950 Waimes (Malmédy)

Permanences téléphoniques les lundi, mardi, jeudi et vendredi de 10h00 à 13h00

Tél: +32 (0)487 738 801 - E-mail : drilak@samybe.be - Site Internet : www.samybe.be/drilak



La Boutique de Samyé Dzong

33, rue Capouillet

1060 Bruxelles

Tél: (02) 538 13 80

E-mail: dupkang@samybe.be

www.dupkang.com

Ouvert du mardi au samedi
de 11h30 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.*

