



Kagyú Samyé Dzong
Centres d'Études tibétaines



samyétribune

*Journal des Centres Kagyu Samyé Ling en Belgique
trimestriel n°153 • octobre - décembre 2015*



EDITORIAL

Après un été que beaucoup de nos membres ont mis à profit pour se ressourcer et mettre en pratique notamment les enseignements donnés par Lama Rinchen sur l'entraînement de l'esprit en sept points, la rentrée a commencé de très bon augure avec la deuxième visite européenne du 17^{ème} **Gyalwang Karmapa** à Bonn en Allemagne. Parmi les deux mille personnes qui ont assisté aux enseignements et initiations donnés par le chef spirituel de la tradition Karma Kagyupa, le centre de Bruxelles était bien représenté avec la présence de notre président **Lama Yeshé Losal Rimpotché** et une vingtaine de nos membres.



Lors de l'audience que le Karmapa a accordé à la centaine de personnes venues de Samyé Ling et des différents centres Samyé Dzong en Europe, Lama Yeshé Rimpotché lui a présenté la documentation sur le projet de nouveau centre de retraite Kagyu Samyé Ling Belgium à Beaumont, que nous venons d'acquérir et que vous avez pu découvrir dans le précédent Samyé Tribune. Le Karmapa accueillit la nouvelle avec joie et lui prédit un excellent avenir. Suite à la demande de Lama Yeshé Rimpotché de bénir le lieu, le Karmapa lui a communiqué que le nouveau centre portera le nom de **Karma Samten Ling**, que l'on peut traduire par « lieu propice à la méditation ». Le Karmapa a également promis de revenir en Europe en 2016 pour visiter d'autres pays et Lama Yeshé Rimpotché l'a invité à visiter les centres liés à Samyé Ling, dont ceux de Bruxelles et de Beaumont.

L'année académique a été ouverte par la visite de **Ken Holmes** qui, avec son séminaire intitulé « la vacuité pour les nuls » nous a éclairé sur cet enseignement fondamental du Mahayana et du Vajrayana. Le nouveau cycle d'enseignements de **Lama Rinchen** sur les 37 pratiques du Bodhisattva nous a familiarisé avec la manière d'engendrer et de maintenir l'esprit d'éveil (Bodhicitta). Ces cours donnés en français tous les mercredis du mois de septembre ont également été dispensés en anglais les jeudis, langue que Lama Rinchen maîtrise parfaitement. Désormais tous ses cycles d'enseignements seront organisés ainsi.

Comme vous pourrez le constater à la lecture des lignes qui suivent, l'automne et le début de l'hiver seront à nouveau riches en opportunités pour se familiariser avec les enseignements du Bouddha et pour approfondir leur mise en pratique. **Guélong Thoubten** reviendra à deux reprises et nous aurons la visite exceptionnelle de **Drupon Rimpotché**, l'un des maîtres de méditation les plus érudits et les plus expérimentés de nos jours. Lama Rinchen continuera ses enseignements et le programme des séances de méditation a été élargi de manière à permettre à ceux qui souhaitent apprendre ou pratiquer la méditation, de pouvoir le faire non seulement chaque fin d'après-midi, mais également certains jours entre l'heure du midi ou le matin avant le travail. Nous pouvons par ailleurs déjà vous annoncer que **Kalou Rimpotché** nous rendra visite du 06 au 10 janvier 2016. (voir page 16)

Carlo Luyckx, Administrateur délégué





KAGYU SAMYÉ LING BELGIUM - KARMA SAMTEN LING

Centre international de retraite pour la paix et le bien-être dans le monde

En annexe au Samyé Tribune précédent, vous avez reçu le dépliant de présentation du magnifique domaine « Fond des Gouttes » à Beaumont que nous venons d'acquérir¹. **Lama Yeshé Rimpotché** qui, comme le **Gyalwang Karmapa**, y voit un énorme potentiel de développement comme un endroit de retraite, a lancé un appel en vue de réunir 360 membres fondateurs



Lama Yeshé Rimpotché présentant le nouveau centre au Karmapa

du nouveau centre, qui versent un montant de 1.000 euros ou plus pour rendre possible la réalisation de ce projet qui sera ouvert à toutes les personnes qui aspirent à cultiver la paix intérieure et la sagesse, quelque soit leur conviction. Lama Yeshé Rimpotché a lui-même déjà versé ce montant et en est devenu ainsi le premier membre fondateur.

L'adhésion d'un nombre grandissant de membres fondateurs a déjà permis de réunir assez de fonds pour ne pas dépendre uniquement de l'emprunt contracté auprès de Triodos pour l'acquisition du lieu et la réalisation des travaux de la première phase, nécessaire pour rendre l'immeuble du domaine opérationnel afin d'y organiser des activités dès la période des fêtes du nouvel an. L'appel de Lama Yeshé Rimpotché visant à élargir le cercle des membres fondateurs concerne désormais la réalisation dans les plus brefs délais de la phase II, c.-à-d. l'aménagement du terrain et la construction d'une salle polyvalente pouvant accueillir au moins 200 personnes, ainsi que des maisonnettes permettant de séjourner dans un cadre propice à la méditation, pour des courtes périodes et pour des retraites de moyenne et de longue durée. Un concours d'architecture a permis de choisir une équipe qui proposera des projets d'aménagement respectant l'environnement et utilisant l'énergie de manière rationnelle et renouvelable, principes chers au 17^{ème} Gyalwang Karmapa.

Afin de rendre l'adhésion comme membre fondateur accessible à celles et ceux qui ne peuvent verser en une fois un montant de 1.000 euros, il a été décidé de rendre cette adhésion possible en échelonnant le paiement. C'est ainsi que vous avez la possibilité de verser ce montant en tranches mensuelles de 500 euros, de 250 euros, de 100 euros ou de 50 euros. Comme membre fondateur, vous aurez par ailleurs la pos-

¹La brochure est téléchargeable à l'adresse : <http://www.samyé.be/downloads/kslb.pdf>





sibilité de bénéficier d'une semaine de retraite gratuite, au moment que cela vous convient, et votre nom sera gravé sur une plaque commémorative de la fondation de ce nouveau lieu du Dharma.

Afin de concrétiser votre adhésion comme membre fondateur, il convient de verser 1.000 euros ou plus sur le compte **IBAN BE80 5230 8076 2477 – BIC TRIOBEBB** de la banque Triodos, au nom de Kagyu Samyé Ling Belgium, avec la mention « Achat Beaumont », ou de donner un ordre à votre banque de deux versements mensuels de 500 euros, quatre versements de 250 euros, dix versements de 100 euros ou vingt versements mensuels de 50 euros. Dès que la totalité de la cotisation a été reçue, vous recevrez le certificat de membre fondateur.

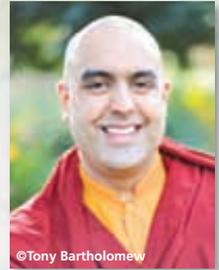
Celles et ceux qui en ont les moyens sont également invités d'octroyer à la nouvelle asbl Kagyu Samyé Ling Belgium un prêt sans intérêts ou à faible taux d'intérêts. Il est aussi possible de sponsoriser la construction d'une maisonnette sur le domaine et de bénéficier d'un droit d'usage acté devant notaire pour un certain nombre d'années en fonction du montant versé. N'hésitez pas à contacter le secrétariat pour plus d'informations ou pour formuler des propositions alternatives telles qu'un apport en expertise ou autres de nature à contribuer à la réalisation de ce beau projet.





DEUX VISITES DE GUÉLONG THOUBTEN

Ordonné en 1993, **Guélong Thoubten** a partagé son temps entre sa tâche d'assistant d'Akong Tulkou Rimpotché et les cours qu'il dispense dans les centres Kagyu Samyé Dzong. Après avoir consacré ses premières années de moine à la pratique de jeûne du Nyoung-Né (200 paires en retraite), il accomplit une retraite traditionnelle de quatre ans au centre des longues retraites de Samyé Ling situé sur l'île d'Arran en Écosse, récemment suivie d'une autre année. Ses activités incluent aussi l'enseignement de la méditation dans différentes organisations telles que des entreprises, des hôpitaux, des écoles, des prisons et des services sociaux.



©Tony Bartholomew

Les douze liens d'interdépendance - 23, 24 et 25 octobre 2015

Un cours sur les enseignements bouddhiques qui examine la nature impermanente et interdépendante de tous les phénomènes. Si nous ne comprenons pas cette réalité, nous risquons de tomber dans le piège de l'attachement à l'illusion de la permanence et nous perdons de vue l'importance des effets de nos actions. Durant ce cours, nous apprendrons comment contempler et réfléchir sur les liens d'interdépendance, de développer une acceptation plus profonde de la mort et de l'impermanence, et de se rendre davantage compte de la façon dont fonctionne le karma, cause et résultat. Le cours comprend aussi bien des enseignements que des exercices pratiques.

Programme :

Le vendredi 23 octobre 2015 à 20h

Les samedi 24 et dimanche 25 octobre 2015 à 14h30

Participation aux frais pour les non-membres 10 € par séance (réductions habituelles)

Les Trois Véhicules ou Yanas - 11, 12 et 13 décembre 2015

Les différents niveaux des enseignements du Bouddha sont classifiés comme les Trois Véhicules ; le Bouddhisme tibétain combine la pratique de ces trois niveaux.

Ce cours constitue une vue d'ensemble des enseignements fondamentaux et des pratiques de chaque véhicule. Les sujets abordés incluront les quatre nobles vérités, l'impermanence, le karma et la réincarnation, la renonciation et les préceptes, la méditation, la compassion et la sagesse, les six paramitas, la nature de Bouddha et la pratique des divinités.

Guélong Thoubten donnera des conseils pratiques sur la manière de travailler avec les émotions en utilisant les techniques que nous offrent les Trois Véhicules ou Trois Yanas qui sont exprimés comme : **Hinayana** ou la voie de la renonciation, **Mahayana** ou la voie de la compassion, **Vajrayana** ou la voie de la pureté totale.

Programme :

Le vendredi 11 décembre à 20h

Les samedi 12 et dimanche 13 décembre à 14h30

Participation aux frais pour les non-membres 10 € par séance (réductions habituelles)





OFFRANDE DE LUMIÈRES

Celles et ceux qui ont visité le jardin récemment ont pu constater que, grâce à l'intervention de nos amis de Samyé Dzong Dublin, venus en visite en juillet pour assister aux enseignements de Tulkou Ogyen Nyima, le Stoupa a été restauré et repeint, rayonnant désormais de tous ses feux. De plus, Simon, avant de partir en Écosse pour la retraite qui commencera en novembre, nous a fait don de ses compétences en terminant la construction de deux superbes abris dont l'un pour les cendres des défunts et l'autre pour l'offrande traditionnelle de 108 bougies.



Il est donc désormais possible de dédier l'offrande d'un certain nombre de bougies en contactant le secrétariat ou le Samyé Shop. Pour des raisons de sécurité, l'allumage des bougies se fait en présence de Sönam ou un autre membre du centre en charge de l'abri des lumières. Les bougies sont fournies par le centre et disponibles notamment dans le Samyé Shop. Les bénéfiques serviront à l'embellissement du temple et l'achat de statues et thankas.

**Le prix d'une bougie d'une durée de 3h. est de 0,20€, 5€ pour 50 et 10€ pour 108.
Le prix d'une bougie d'une durée de 8h. est de 0,50€, 10€ pour 50 et 20€ pour 108.**

Vous pouvez aussi faire la demande par mail au secretariat@samyebelgium.be ou sales@samyeshop.com en mentionnant le type et le nombre de bougies, la date d'allumage et une dédicace éventuelle, en versant le montant correspondant au compte du Samyé Shop **IBAN BE48 3101 7104 3927 - BIC BBRUBEBB**

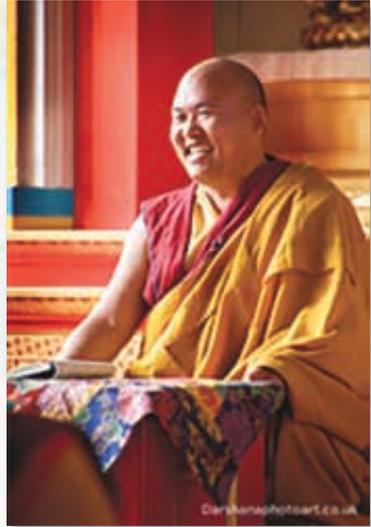




VISITE DE DRUPON RIMPOTCHÉ KHENPO LHAPOU

Les 5, 6 et 7 novembre 2015

Ayant reçu l'ordination de moine novice à 14 ans, **Karma Lhabou** accomplit dès l'âge de 18 ans deux retraites de trois ans consécutivement, durant lesquels ses enseignants lui reconnurent des qualités exceptionnelles et le formèrent pour devenir maître de retraite et transmettre les instructions sur les pratiques du Mahamoudra. Sorti de retraite, il étudia la philosophie bouddhiste pendant plusieurs années, au terme desquelles il reçut le titre de Khenpo. Invité par Thrangu Rimpotché au Népal en 1999, puis par Lama Phuntsok en 2001, il enseigne et dirige des centres de retraite dans leurs monastères respectifs au Népal. En 2008, à l'invitation d'Akong Rimpotché, il visita Samyé Ling en Écosse où il revient depuis lors chaque année pour enseigner et diriger les retraites traditionnelles de 4 ans, dont la dernière s'est terminée en 2014 et dont une nouvelle commencera en novembre 2015. Drupon Rimpotché a reçu des initiations, enseignements et transmissions de plus de 13 maîtres spirituels de toutes les grandes traditions, Sakya, Gelug, Nyingma, Jonang, Karma Kagyu, Droukpa Kagyu, Shangpa Kagyu, etc.



Programme d'enseignements :

Les jeudi 5 et vendredi 6 novembre à 20h :

Les qualités des trois joyaux, Bouddha, Dharma et Sangha

Les trois joyaux constituent les trois sources du refuge dans toutes les traditions du bouddhisme. Le Bouddha représente le principe de la libération, l'éveil que tout un chacun peut atteindre. Le Dharma est l'enseignement qui nous permet de réaliser l'état de Bouddha. Le Sangha est la communauté de ceux qui nous ont précédé sur la voie vers l'éveil.

Le samedi 7 novembre à 10h30 et à 15h

L'importance du Samaya

Le vajrayana, tout comme le hinayana et le mahayana, implique des vœux : les engagements sacrés (sanskrit samaya, tibétain damtsik) liés aux initiations. Drupon Rimpotché nous donnera des éclaircissements sur cet aspect fondamental pour les pratiquants du vajrayana.

Participation aux frais pour les non-membres 10 € par séance (réductions habituelles)





PRATIQUE DU LODJONG

Lama Rinchen Palmo dirigera deux sessions de pratique de l'entraînement de l'esprit ou Lodjong suivant la tradition introduite au Tibet au 11^{ème} siècle par le maître Indien Atisha, durant deux dimanches de pratique **les 22 novembre et 20 décembre 2015 - de 10h30 à 12h30 et de 14h30 à 16h30**

Il s'agit d'une méthode d'entraînement s'appuyant sur la pratique formelle de la méditation et sur la prise en charge des événements de la vie quotidienne. Elle se base sur le principe de l'échange entre soi et autrui dans un esprit de compassion et de bienveillance, avec comme objectif de dissoudre la souffrance et de développer le bien-être (Tonglen).

Participation : donation libre



Akong Rimpotché conférant le titre de Lama en juin 2010 à Lama Rinchen Palmo

NOUVEAU CYCLE D'ENSEIGNEMENTS DE LAMA RINCHEN

La Mort et le Bardo

Enseignement de Lama Rinchen sur la mort et les états intermédiaires du Bardo tels qu'envisagés dans le bouddhisme tibétain

Le mardi 10 novembre à 20h

Participation aux frais pour les non-membres 10 € (réductions habituelles)

Les quatre nobles vérités

Les mercredis 18 et 25 novembre, 2 et 9 décembre 2015 à 20h

In English: Thursdays 19 & 26 November, 3 & 10 December 2015 at 8 pm

Bouddha Shakyamuni présenta les quatre nobles vérités dans son premier discours donné dans le parc des Gazelles à Sarnath. Ces vérités constituent le fondement de tout son enseignement. En comprenant les quatre nobles vérités, on comprend ce qu'est le bouddhisme. Lama Rinchen consacrera quatre soirées à cet enseignement fondamental que l'on peut résumer comme suit :

La vérité de la souffrance

La vérité de la cause de la souffrance

La vérité de l'extinction de la souffrance

La vérité du parcours de la libération

Participation aux frais pour les non-membres 10 € par séance (réductions habituelles)

Lama Rinchen Palmo, qui a reçu en 2010 d'Akong Rimpotché le titre de Lama du fait de son expérience acquise lors des longues années de retraite qu'elle a accomplies, est désormais la Lama résidente de Samyé Dzong Bruxelles. Il vous est possible de la rencontrer personnellement pour une guidance dans les pratiques méditatives en contactant le secrétariat au 02.537.54.07.





ENSEIGNEMENT SUR LES MUDRAS

Samedi 5 décembre 2015 à 15h

Lama Rinchen enseignera la gestuelle qui accompagne le déroulement des rituels de la Tara verte et du Bouddha Amithaba.

Ouvert à tous - Participation aux frais pour les non-membres 10 €
(réductions habituelles)

SÉANCES D'EXPLICATION RELATIVES À LA PRATIQUE DE TCHENRÉZIG

Par Patrick Andries

Chaque 3^{ème} vendredi du mois de 18h30 à 19h30, dans le réfectoire du centre.
Prochaines dates : 16 octobre, 20 novembre et 18 décembre 2015.

Ce sont des ateliers ouverts à tous, tant pratiquants anciens que récents, ainsi que toute personne intéressée par la pratique et voulant en savoir un peu plus avant d'y participer. Il ne s'agit pas d'enseignements mais d'explications par rapport au texte (mise en ordre, annotations, mise à jour, etc.).

Participation libre

TRANSMISSION DU MAHAMOUDRA PAR S.E. LE TAÏ SITOUPA

du 1^{er} au 7 avril 2016 au Monastère Tergar à Bodghaya en Inde

Cycle de 6 ans **(Ngöndrö, Shiné, Laktong)**

Taï Sitou Rimpotché donnera la transmission du texte « l'Océan du sens définitif » - compendium des pratiques de la lignée Mahamoudra réunies par le 9^{ème} Gyalwang Karmapa.

Une semaine d'enseignements par an, répartis sur six ans, à partir de 2016.



PREINSCRIPTION OBLIGATOIRE : ne tardez plus !

Il est impératif de vous préinscrire dès maintenant si vous voulez avoir une chance de prendre part à cette transmission, le nombre de participants étant limité. Pour ce faire, veuillez utiliser le lien internet vers le formulaire que vous trouverez sur la page d'accueil du site de Samye Dzong : www.samye.be

Vous y trouverez également de plus amples informations pratiques sur les conditions de participation et les modalités d'organisation du voyage.





MÉDITER

LES FORMULES DE MÉDITATION PROPOSÉES A SAMYÉ DZONG

Introduction à la posture de méditation Les jeudis 29 octobre, 5, 12 et 26 novembre, et 10 et 17 décembre 2015 à 18h30 - Reprise le 7 janvier 2016 à 18h30

Un cours d'une seule séance d'instruction à la posture en sept points de Vairocana destiné aux personnes qui n'ont pas eu d'instructions spécifiques auparavant. Apprendre à s'asseoir correctement avant de méditer est primordial. Dans la tradition bouddhiste il est contre-indiqué de méditer intuitivement ou sur la base de lectures sans avoir reçu des instructions provenant d'une lignée de transmission orale authentique. Le cours comporte une explication détaillée des points clés du corps, une méditation guidée et une séance de questions/réponses.

Participation : 5 € - Inscription indispensable : ananda@samyé.be

Méditation quotidienne - du lundi au samedi de 18h30 à 19h30

Une heure de méditation du calme mental et mise en pratique des instructions reçues au cours de l'introduction à la posture de méditation. Les personnes qui désirent ne pratiquer qu'une demi-heure peuvent sortir au coup de gong donné à 19h.

Participation : 1 € - L'inscription préalable n'est pas nécessaire.

Les Midis de la Méditation - le mercredi et le jeudi de 12h30 à 13h15

Cette séance de 45 minutes comprend des instructions posturales graduelles, des pratiques respiratoires, une méditation en marche et une période de méditation guidée du calme mental. *Participation : 1€ - Inscription préalable : ananda@samyé.be*

Méditation matinale - le mardi et le vendredi de 8h à 8h30

30 minutes de méditation du calme mental le matin avant d'attaquer la journée. Ouvert à tous ceux qui ont suivi une introduction à la posture ou qui pratiquent au cours des midis de la méditation ou des méditations quotidiennes. *Participation 1€*

IMPORTANT - Pour méditer portez des vêtements amples et confortables. Coussins disponibles sur place. Vous pouvez apporter le vôtre. Soyez ponctuel, un minimum de 5 minutes avant l'heure indiquée. La porte d'accès au Centre ferme à l'heure précise et n'ouvre plus après le début des séances.

Pour tout complément d'information, veuillez consulter le site : www.samyé.be





ACTIVITÉS RÉGULIÈRES À SAMYE DZONG

Ces activités ont lieu comme indiqué sauf les jours de conférence

Pratiques mensuelles

Participation libre et ouverte à tous

Rituel d'Amitabha, Bouddha de Lumière infinie - Eupamé (tib.)

Les samedis 17 octobre, 14 novembre et 19 décembre 2015 à 15h

Rituel dédié aux personnes décédées durant le mois en cours
Vous êtes invité à transmettre le nom de personnes défuntes dans votre entourage pour des prières, récitation de mantra et méditation en leur nom.



Pratiques hebdomadaires

Participation libre et ouverte à tous

Vendredi à 20h00

Rituel de Tchenrézig (Bodhisattva de la compassion)



Samedi à 20h00

Rituel de Karmapakshi (2^{ème} Gyalwang Karmapa)



Pratiques quotidiennes

Participation libre et ouverte à tous

Rituel de Tara Verte : La Libératrice

**En semaine à 7h00, le samedi à 8h00,
le dimanche et jours fériés à 9h00**





ACTIVITÉS ANNEXES

pour plus de détails : www.samybe.be

Yoga pour Méditer avec Félicette Chazerand

Le mardi de 18h15 à 19h45

Un cours de yoga destiné à perfectionner la posture méditative axé sur l'étude des postures et le travail de l'alignement ainsi que la relaxation et la récupération.

Tarif: 10 € par cours à raison d'un abonnement de 10 cours à 100€ - Matériel disponible sur place.

Uniquement sur inscription préalable par mail: chazerandfelicette@gmail.com



Astrologie et Spiritualité

vendredi 27 novembre 2015 à 20h

Conférence d'Emmanuel Le Bret

Le sens initiatique des épreuves - vers un nouvel équilibre de vie

« Si vous avez l'impression d'être trop petit pour pouvoir changer quelque chose, essayez donc de dormir avec un moustique et vous verrez lequel des deux empêche l'autre de dormir » dit le Dalai Lama. Cette sentence humoristique peut aussi s'appliquer à l'idée de fatalité que nous accordons à nombre de nos difficultés. Il reste vrai qu'il ne nous est pas toujours facile de tout résoudre en une vie. Néanmoins, un des buts majeurs de nos épreuves vise le plus simplement du monde à nous éprouver, faire nos preuves, stimuler la torpeur paresseuse qui nous incline parfois vers l'habitude, la fatalité, le scepticisme, la souffrance.



Emmanuel Le Bret, de formation paramédicale, est l'un des pionniers français des premiers centres de médecines alternatives de Paris, dès 1979. Étudiant l'astrologie depuis bientôt 40 ans, Il a enseigné cette discipline durant 8 ans au Monastère tibétain de Kagyu-Ling (France) et fut durant 9 ans Vice-Président de la Fédération des Astrologues Francophones (FDAF). Il est également l'auteur d'un ouvrage remarqué « Uranus et l'éveil spirituel », aux Éditions Dervy (1999). En 2009 il a publié aux Éditions du Moment, un livre « Tous les chemins mènent à l'être » traitant des trois religions monothéistes mais aussi des grandes traditions spirituelles d'Occident et d'Orient.

Des consultations individuelles auront lieu au Centre

samedi 28 novembre au mardi 1 décembre 2015

Inscription : ananda@samybe.be - 02.537.54.07

ANNONCE

Afin de préserver et diffuser au mieux les précieux enseignements donnés au Centre depuis plus de 35 ans, nous devons digitaliser plus de 300 cassettes audio. Nous recherchons donc un lecteur de cassettes audio de qualité HIFI à prêter ou à donner. Merci pour votre aide! *Contact: shenpen@samybe.be*





MINDFULNESS ET BIENVEILLANCE

La "Mindfulness Association" a été créée dans le but de pouvoir offrir un apprentissage de la Pleine Conscience (Mindfulness) dans un cadre séculier. Ses objectifs sont d'offrir un enseignement de qualité de la Pleine Conscience (Mindfulness), alliée à la compassion et à l'introspection, permettant de développer une pratique régulière de manière à intégrer la Pleine Conscience dans tous les aspects de la vie.

Vin Harris, l'instructeur des cours donnés à Samyé Dzong Bruxelles, a étudié et pratiqué sous la direction de nombreux enseignants tibétains depuis 1974, année où il est devenu boudhiste. Il a toujours souhaité suivre leur exemple en mettant les valeurs spirituelles en pratique dans l'action, et fut l'un des responsables de l'équipe qui construisit le temple et le collège à Samyé Ling en Écosse.

Vin a été introduit aux pratiques séculières de la Pleine Conscience, de la Compassion et de l'introspection par Rob Nairn. Inspiré par les bienfaits qu'elle pourrait potentiellement apporter à un grand nombre de gens, Vin est devenu l'un des membres fondateurs et responsables de la Mindfulness Association.



Ouverture à l'inscription à la Formation Mindfulness 2016

Un cours de base et 3 cours de certification, les 23/24 janvier, 12/13 mars, 21/22 mai et 16/17 juillet 2016

Le Cours de base :

"Etre présent - Répondre avec bienveillance - Voir en profondeur"

Les samedi 23 et dimanche 24 janvier 2016 de 10h00 à 17h00

Le premier cours constitue l'entrée dans l'apprentissage auprès de l'Association Mindfulness. La participation à ce cours permet d'entreprendre le cours complet de certification de l'Association Mindfulness en trois modules tel qu'il est décrit sur le site « www.samye.be » et qui auront lieu au cours de l'année 2016.

La session de base convient aux débutants comme aux initiés. Les pratiques essentielles sont introduites étape par étape : Poser, Stabiliser, Demeurer et Maintenir ; nous pratiquons le Balayage corporel, la Méditation en marchant et des techniques simples permettant d'intégrer la Pleine Conscience dans le quotidien, et travaillons au développement de la bienveillance comme source de compassion envers nous-mêmes.

Afin d'aller plus loin et participer au programme de Certification pour la pratique de la Pleine Conscience en 3 modules, vous devrez vous engager à maintenir chez vous une pratique régulière, à accomplir des exercices quotidiennement et à mener à terme la rédaction d'un journal de bord afin de pouvoir participer au cours suivant. Pour des informations plus détaillées, veuillez consulter le site du centre : <http://www.samye.be/fr/activites-annexes/mindfulness>

Participation au week-end du cours de base : 150€

Information et inscription: mindfulness@samye.be





SOUTENEZ KAGYU SAMYÉ DZONG BRUXELLES

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.**

CHAMBRES À LOUER AU CENTRE

Situation idéale pour étudier et pratiquer le Dharma dans un lieu paisible au milieu de la ville. Pour plus d'informations, veuillez contacter le secrétariat au 02.537.54.07 ou secretariat@samyé.be

ROKPA BELGIUM asbl



Rokpa International est une organisation humanitaire fondée par Akong Tulku Rimpotché en 1980, qui mène près de 150 projets au Tibet, au Népal, au Zimbabwe et en Afrique du Sud dans les domaines de la santé, de l'éducation et de l'aide aux personnes sans-abri. Pour plus d'informations, veuillez consulter le site www.rokpa.org/be ou écrire à alana@rokpa.org.

**ROKPA Belgium est reconnue comme
association de coopération au développement.
Les dons sont déductibles des impôts sur les revenus**





Samyé Shop

Tibetan & Nepalese Handicrafts - Books



Artisanat de l'Himalaya et librairie bouddhiste

Votre magasin en mode automnale !

La fraîcheur nous revient et avec elle les tons magnifiques qui nuancent le feuillage des arbres. Le Samyé Shop se met à la page, tant en matière de couleurs que de température, et vous propose un nouvel arrivage de couvertures en poils de yak. Venez les essayer !

Et ce n'est pas tout : parmi les nouveautés, nous avons le plaisir de vous proposer : De magnifiques bancs de méditation de style japonais en bois de sésame, une gamme étendue de thés du Népal, en sachet et en vrac, des petits drapeaux de prières avec les mantras de Chenrezig, Tara Verte et Guru Rinpoche, des sacs en coton bio pour tapis de yoga.

Et toujours de très nombreux encens népalais, tibétains et bhoutanais, des bols chantants aux tailles variées -couleur naturelle des alliages ou décorés de motifs bouddhistes, un stock de coussins de méditation pour tous les goûts et tous les prix, les magnifiques statues des Bouddhas et Bodhisattvas en bronze doré dans le plus pur style tibétain, etc.

Samyé Shop

Rue Capouillet 33 - 1060 Bruxelles - Tél.: 02 538 13 80 - Email : sales@samyeshop.com
Ouvert: Mar. au vend. 11.30-14.30 & 15.00-18.30 - Sam. 12.00-14.30 & 15.00-18.30

Poste vacant

Suite à l'agrandissement de notre Samye Shop, nous cherchons à renforcer notre équipe de vente.

Envoyez votre CV et votre lettre de motivation par courrier postal à

Centre d'Etudes tibétaines c/o Argiro Mitakoudis

33 rue Capouillet - 1060 Bruxelles

ou par mail à secretariat@samye.be





Journal des Centres Kagyu Samyé Ling en Belgique

Périodique trimestriel n°153, octobre - décembre 2015

Editeur responsable:

Carlo Luyckx, 33 rue Capouillet, 1060 Bruxelles

Tél: (02) 537 54 07

Bureau de dépôt: Bruxelles X - Agréation N°405089

KAGYU SAMYE DZONG BRUXELLES asbl

Karma Shedrup Gyamtso Ling

33, rue Capouillet - 1060 Bruxelles

Tél: +32 (0)2 537 54 07 - E-mail: centre@samybe.be - Site Internet : www.samybe.be

Permanences du secrétariat : du mardi au vendredi de 09h00 à 16h00

KAGYU SAMYE LING BELGIUM asbl

Karma Samten Ling

Rue du Fond des Gouttes, 1 - Leugnies, 6500 Beaumont

Secrétariat provisoire : Rue Capouillet 33, 1060 Bruxelles

Tél.: +32 (0)2 537 54 07 - E-mail: office@samyeling.be

KAGYU SAMYE DZONG NIDRUM asbl

Auf Dem Köttenberg, 14 - Nidrum-Butgenbach - Tél : +32 (0)472 672 706

E-mail : samy_dzong@unitedtelecom.be - Site Internet : www.ksdnidrum-eastbelgium.com

Dernière nouvelle

**Nous venons d'avoir la confirmation de la visite de Kalou Rimpotché
du 06 au 10 janvier 2016**

Programme à Kagyu Samyé Dzong Bruxelles :

Mercredi 6 et jeudi 7 janvier à 20h : Enseignement

Vendredi 8 janvier à 20h :

Initiation de Mahakala Chadroupa

Programme à

Kagyu Samyé Ling Belgium à Beaumont :

Samedi 9 et dimanche 10 janvier à 14h30 :

Enseignements et pratique de Mahakala Chadroupa



Informations plus précises dans le prochain Samyé Tribune

Photographie de couverture: Statue de Maitreya dans le Temple principal de Shérab Ling en Inde.

Compte tenu de la nature des informations, photographies et reproductions contenues dans ce programme, veuillez vous en débarrasser dans les papiers à recycler plutôt que de le jeter aux ordures. Merci.