



Kagyu Samyé Dzong

Centre d'Études tibétaines



samyétribune

*Journal des Centres Kagyu Samyé Ling en Belgique
trimestriel n°159 • mai - septembre 2017*



EDITORIAL

Vous aurez remarqué que ce 159^{ème} numéro du Samyé Tribune vous arrive avec un certain retard, puisqu'il aurait dû paraître début avril. La raison en est que nous avons connu une succession de changements inattendus, avec notamment l'annulation de la visite de Tulkou Ogyen Nyima pour raisons de santé et des incertitudes quant à la visite de Lama Yeshé Losal Rimpotché qui a finalement dû annuler toutes ses visites en dehors du Royaume-Uni en 2017, également pour des raisons médicales. Nous avons par conséquent été contraints de recommencer à plusieurs reprises la mise en page de ce périodique et ce nouveau numéro couvrira la période allant jusqu'au 30 septembre 2017. Celles et ceux qui reçoivent nos lettres électroniques mensuelles ont heureusement été avertis bien à temps des changements de programme et de la visite inattendue de Khenpo Damtcheu Dawa Rimpotché. Si vous ne figurez pas parmi les destinataires et que vous possédez une adresse de courrier électronique, veuillez nous la communiquer, car force est de constater que les programmes changent régulièrement pour des raisons généralement indépendantes de notre volonté.



Vous remarquerez à la lecture des pages qui suivent que malgré ces annulations, une nouvelle fois le programme est riche en visites de grands maîtres, conférences et séminaires permettant d'approfondir nos connaissances et notre pratique du Dharma, aussi bien au centre de Bruxelles qu'à celui de Beaumont. Les enseignements que dispense Lama Rinchen, les sessions de pratiques méditatives qu'elle dirige et les instructions individuelles qu'elle donne s'avèrent fort bénéfiques aussi bien pour les pratiquants de longue date que pour celles et ceux qui viennent de découvrir la voie vers l'épanouissement spirituel que le Bouddha a montrée.

Nombreux ont été ceux parmi nos membres qui se sont rendus à Londres pour suivre les enseignements et l'initiation de Tchenrézig donnés par le 17^{ème} Gyalwang Karmapa Orgyen Trinley Dordjé. Le fait que les places qui étaient mises en vente en ligne fin avril avaient toutes été achetées en dix minutes de temps, a incité les organisateurs à déplacer l'événement dans une plus grande salle, ce qui a permis à 3.000 personnes d'assister à ces enseignements dont la profondeur a démontré que le jeune 17^{ème} Karmapa a déjà largement atteint la réalisation spirituelle de son illustre prédécesseur. J'ai eu ensuite le privilège, lors de la visite de Sa Sainteté à Kagyu Samye Dzong Londres, de lui donner en mains propres une lettre d'invitation en Belgique, cosigné avec Lama Rinchen Palmo. Nous espérons donc que dans un avenir pas trop lointain le Karmapa puisse visiter le centre que son prédécesseur a fondé à Bruxelles en 1977 et de bénir le nouveau centre à Beaumont qui sera l'un des lieux phares du bouddhisme en Belgique, dont la reconnaissance officielle est imminente.

Carlo Luyckx, Administrateur délégué

Photo de couverture : Le temple du monastère de Kagyu Samye Ling en Écosse





VISITE DE KHENPO DAMTCHEU DAWA RIMPOTCHÉ

Enseignements sur les "Perles de Sagesse de Gampopa" Programme à Kagyu Samyé Dzong Bruxelles

Rue Capouillet 33 à 1060 Bruxelles

Les jeudi 8 et vendredi 9 juin 2017 à 20h

Participation aux frais pour non-membres 12 € la séance (6 € pour allocataires sociaux)

Le vendredi 9 juin à 18h : Prise de Refuge (veuillez contacter Lama Rinchen)

Programme à Kagyu Samyé Ling Belgique

Rue Fond des Gouttes 1 à Leugnies - 6500 Beaumont

Le samedi 10 juin 2017 de 10h30 à 12h et de 15h à 16h30

Le dimanche 11 juin 2017 de 10h à 12h30

La participation aux frais est laissée à la libre appréciation et sera considérée comme don

Perles de sagesse de Gampopa

Gampopa, disciple de **Milarépa** et gourou du 1^{er} **Karmapa**, est à l'origine de nos lignées Kagyu. Ses enseignements brillants clarifient l'intention du Bouddha.

Khenpo Damchö Dawa Rimpotché se base pour ses enseignements sur une riche collection d'instructions donnée par Gampopa à ses disciples sur des thèmes essentiels de la pratique.

Comment comprendre l'immensité complexe du karma, cause et effet, quelle est la force motrice de l'existence ? Comment cet esclavage au Samsara peut-il être transformé en un moyen de s'en débarrasser ? Vous êtes-vous déjà demandé

pourquoi nous éprouvons des problèmes et des souffrances, même si nous pouvons mener une vie éthique en nous préoccupant des autres, alors que certaines personnes qui commettent de mauvaises actions semblent vivre bien et n'ont pas de difficultés ?

Que faut-il pour suivre le chemin de la libération ? Quels sont les moyens pour développer la bonté et la compassion et comment peuvent-elles être intégrés dans notre être ? Pourquoi ne suffit-il pas simplement d'avoir ces qualités, que faut-il en plus ? Comment la compréhension de la causalité et de l'interdépendance aide-t-elle à développer la bodhicitta ?

Les conseils de Gampopa sont lumineux et pertinents pour la pratique. Que ces sujets vous soient familiers ou tout à fait nouveaux, vous aurez l'impression qu'une lumière vient d'être allumée dans votre esprit, ouvrant de nouvelles dimensions à votre compréhension.





VISITE DE KHENPO DAMTCHEU DAWA RIMPOTCHÉ

Né dans un village de pasteurs d'une province orientale du Tibet, **Khenpo Damtcheu Dawa Rimpotché** a été ordonné moine par **Kentin Tai Sitoupa** à Palpung en 1980, à l'âge de 13 ans. Il a reçu une éducation très complète dans la tradition du bouddhisme tibétain, avec la particularité notable d'avoir étudié et pratiqué auprès de 36 grands maîtres spirituels appartenant aux quatre grandes traditions du bouddhisme tibétain, tout en étant lui-même issu de la lignée Kagyupa.



Gampopa

A la demande de **Dzongtseu Rimpotché** et avec le soutien appuyé d'**Akong Rimpotché**, Khenpo Damtcheu Dawa Rimpotché a fondé en 1995 à Yushu, dans la province du Qinghai, "l'École des Toulkous", qui a pour vocation es-

sentielle de veiller à l'éducation exigeante des toulkous, les réincarnations reconnues de grands maîtres qui feront la richesse de l'avenir, ayant pour condisciples des moines choisis parmi les meilleurs éléments de différents monastères. Deuxième caractéristique rare : tous issus des quatre grandes écoles du bouddhisme, les élèves vivent et étudient ensemble. Démarche exceptionnelle au Tibet, qui a valu à Rimpotché le respect et la considération de tous. Outre qu'il dispense l'enseignement et supervise la pratique spirituelle, il assure aussi la direction de l'école.

Par ailleurs, Rimpotché s'investit beaucoup dans la préservation de la tradition spirituelle et des textes menacés de disparition. Tout en enseignant la philosophie et la pratique du bouddhisme dans différents lieux en Chine et au Tibet, il s'est beaucoup investi dans la recherche et la collecte d'écritures pratiquement détruites par la Révolution culturelle ; il a ainsi réussi à retrouver et à publier des textes indisponibles depuis longtemps et d'une importance capitale pour les chercheurs. Quelques ouvrages essentiels ont également été traduits en chinois pour les rendre accessibles au nombre croissant de Chinois désireux d'étudier et de pratiquer le bouddhisme.

Rimpotché est également très investi dans l'aide humanitaire. Très tôt devenu orphelin de père, il a connu la misère et la faim et s'est promis qu'un jour, il aiderait les orphelins et les pauvres. Promesse qu'il a pu réaliser puisqu'en 1999, il a fondé une école pour les orphelins et les enfants déshérités de Tchodrak, son village natal, qui compte à présent plus de 130 élèves, à quoi s'est ajoutée en 2011 une shédra destiné à cette même sorte d'enfants, près de Nangtchen, où il forme actuellement une quarantaine de novices et espère à terme en accueillir deux ou trois cents. Suite au tremblement de terre tragique de 2010 qui a ravagé Yushu et auquel il a échappé, Rimpotché s'est employé sans compter à secourir les victimes, à récolter des fonds pour les survivants, à leur procurer des vivres et des biens de première urgence, à leur apporter un soutien et un réconfort matériels et spirituels, ainsi qu'à accomplir des rituels pour les morts.

Nous sommes heureux d'accueillir Rimpotché pour la quatrième fois à Bruxelles et pour la première fois au nouveau centre de Beaumont.





POURSUITE DU CYCLE D'ENSEIGNEMENTS DE LAMA RINCHEN

Chants d'Instructions de Khenpo Gangshar Wangpo

Les mercredis 14 et 28 juin à 20h à KSD Bruxelles

Transmission de l'enseignement et méditation sur "Les Chants d'Instructions" de **Khenpo Gangshar Wangpo** reçue par Lama Rinchén de **Thrangu Rimpotché** à Sarnath en Inde en décembre 2016. Ces instructions adressées aux pratiquants de la méditation Mahamudra et Dzogchen et destinées à cette époque particulière de changements profonds, de violence et de guerres, sont une approche directe mettant l'accent sur l'importance de notre attitude, de notre motivation et de notre engagement dans la quête de l'essentiel. Elles nous disent l'importance qu'il y a en ces temps où la vitesse nous gouverne d'avoir une bonne compréhension de l'esprit grâce à la reconnaissance de sa nature. Cette reconnaissance qui passe par la compréhension des pensées et des émotions mène à la confiance en soi et au flux continu de sagesse qui traverse tous les états de l'esprit. Elle permet de ne pas se laisser emporter par les vicissitudes de la vie et de rester intègre en toute activité, demeurant en l'état sacré de l'être.



Khenpo Gangshar Wangpo, Mahasiddha érudit du XX^{ème} siècle, découvreur de Termas (les trésors scellés d'enseignements pour le futur) est un maître à la sagesse et à la personnalité uniques. Il eut une profonde influence sur **Chögyam Trungpa Rimpotché** et le Ven. **Khenchen Thrangu Rimpotché** qui furent ses disciples de cœur dans le Kham des années '50 (Sichuan et Yunnan de l'époque actuelle).

Les chants d'instructions éucidés par Khenchen Thrangu Rimpotché expliquent de manière essentielle la sagesse naturelle toujours présente en l'esprit et scellent l'union des deux profondes traditions de méditation que sont le Mahamudra pratiqué par la lignée Karma Kagyu et le Dzogchen pratiqué par la lignée Nyingmapa.

Participation aux enseignements: 10 € pour les non-membres (5 € pour les allocataires sociaux)



Lama Rinchen Palmo, qui reçut 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 aujourd'hui en charge des enseignements et de la direction spirituelle des centres en Belgique reliés à Kagyu Samyé Ling en Écosse. Elle réside désormais au centre de Beaumont et se rend à Kagyu Samyé Dzong Bruxelles une semaine sur deux. Il vous est possible de la rencontrer personnellement pour une guidance dans les pratiques méditatives en contactant le secrétariat au 02.537.54.07.





VISITE DE DRUPON RIMPOTCHÉ KHENPO LHABOU

Les 8, 9 et 10 septembre 2017

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 lesquelles 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. 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 la retraite de 4 ans qui s'est terminée en 2014 et celle qui a commencé en novembre 2015. Drupon Rimpotché a reçu des initiations, enseignements et transmissions de plus de 13 maîtres spirituels de toutes les grandes traditions.



Programme à Kagyu Samyé Dzong Bruxelles

Rue Capouillet 33 à 1060 Bruxelles

Enseignement le vendredi 8 septembre à 20h

"L'importance de la dévotion et de la compassion dans la voie vers l'éveil"

Participation aux frais pour non-membres 12 € (6 € pour allocataires sociaux)

Programme à Kagyu Samyé Ling Belgique

Rue Fond des Gouttes 1 à Leugnies - 6500 Beaumont

Enseignements le samedi 9 septembre

à 10h30 : "Karma, causes et effets et le cycle des renaissances"

à 15h : "La pratique des 6 Paramitas (vertues ou perfections)"

Enseignements le dimanche 10 septembre à 10h30 et à 15h

"Instructions de méditation avec des périodes de pratique"

La participation aux frais est laissée à la libre appréciation et sera considérée comme don

ROKPA BELGIUM ASBL



Rokpa International est une organisation humanitaire fondée par Akong Tulkou 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.

Nous cherchons des volontaires motivés pour rejoindre notre équipe belge. Des compétences en communication et sont particulièrement bienvenues. Merci de contacter alana@rokpa.org.

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





PROGRAMME À KAGYU SAMYÉ DZONG BRUXELLES

Centre d'études tibétaines - Rue Capouillet 33 - 1060 Bruxelles

Week-end de méditation avec Lama Rinchen

Les 15 et 16 juillet 2017

Programme :

de 10h à 12h et de 14h30 à 16h30 :

Quatre sessions de méditation guidées avec introduction et marche méditative

* * *

Les huit versets de l'entraînement de l'esprit

de Geshé Langri Tangpa

Le dimanche 24 septembre 2017

09h00 à 10h30 : Rituel de Tara avec Lama Rinchen

11h00 à 12h00 : Etude du texte du rituel de Tara

15h00 à 16h30 : Enseignement sur les huit versets de l'entraînement de l'esprit

Participation aux frais pour non-membres 10 € (5 € pour allocataires sociaux)

NOUVEAU CYCLE D'ENSEIGNEMENTS DE LAMA RINCHEN

Dordjé Tchang TOUNGMA

Introduction à la pratique du Mahamoudra

Les mercredis 6 septembre, 20 septembre, 4 octobre et 18 octobre à 20h



Le texte succinct "Dorjé Chang TOUNGMA" contient toute l'essence des enseignements et de la pratique du Mahamoudra, terme sanscrit qui désigne la nature ultime de l'esprit et les pratiques qui mènent à sa réalisation. Le Mahamoudra et ses méthodes ont été introduits au Tibet par Marpa (1012 - 1097) qui en avait obtenu la transmission par les grands Mahasiddhas indiens Naropa et Maitripa.

Cet enseignement s'adresse aussi bien aux pratiquants réguliers de la méditation qu'aux débutants.

Participation aux frais pour non-membres 10 € (5 € pour allocataires sociaux)





ACTIVITÉS À KAGYU SAMYÉ LING BELGIQUE

Rue Fond des Gouttes 1 - Leugnies 6500 Beaumont

Week-end de retraite avec Lama Rinchen

Les samedi 17 et dimanche 18 juin 2017

Samedi 17 juin :

14h30 à 16:30 : Pratique des préliminaires du Mahamoudra ou Ngeundro
Quatre Contemplations, Refuge, Dorje Sempa.

Dimanche 18 juin :

09h00 à 10h30 : Rituel de Tara

11h00 à 12h00 : Etude du texte du rituel de Tara

15h00 à 17h00 : Méditation liant la pacification de l'esprit à la pratique de la bienveillance et de la compassion selon les enseignements du Lodjong.

* * *

Rituel de Gourou Rimpotché Kontchok Chindu

Le 3 juillet à 15h30 (avec Tsok)

* * *

Retraite de méditation basée sur les instructions de Patrul Rimpotché

Du mardi 4 juillet au dimanche 9 juillet 2017

6h30 - 7h30 : Rituel de Tara Verte

8h00 : Petit déjeuner

9h30 - 10h15 : Enseignement

10h45 - 12h00 : Méditation + marche méditative

12h00 - 12h15 : Questions-Réponses

12h30 : Déjeuner

15h30 - 16h00: Enseignement

16h00 - 17h30 : Méditation + marche méditative

17h30 - 17h45 : Questions-Réponses

19h30 - 20h30 : Rituel de Tchenrézi

* * *

Dimanche de méditation - Le 23 juillet 2017

9h00 à 10h30 : Rituel de Tara

15h00 : Initiation à la méditation

* * *

Les Quatre incommensurables : enseignement et pratique du 12 au 15 août 2017

de 9h à 12h et de 15h à 17h

* * *

Week-ends de pratique les 2 et 3 et les 16 et 17 septembre

Samedi à 9h30 et à 15h : Ngondro - Prostrations et Dordjé Sempa

Dimanche à 9h : Rituel de Tara

à 15h : Enseignement sur Dordjé Tchang Thoungma





LE KARMAPA À KAGYU SAMYE DZONG LONDRES

Photos prises par Olivier Adam





MÉDITER À KAGYU SAMYÉ DZONG BRUXELLES

Horaires des séances

- 12h30 - 13h15 le mercredi et le jeudi
- 18h30 - 19h30 tous les jours sauf le dimanche et les jours fériés

Introduction à la posture de méditation

Ce cours d'une durée de 90 mn proposé pour débiter en méditation ne comporte qu'une seule séance qui permet de participer ensuite aux diverses formules de pratique qui ont lieu aux horaires ci-dessus.

Veuillez consulter les dates et horaires des prochains cours, et vous inscrire à la date de votre choix sur la page : <http://www.samye.be/index.php/meditation>

Le cours comporte une présentation des points clés du corps, une méditation guidée et une séance de questions/réponses. S'asseoir correctement pour méditer est important. Les indications détaillées de la tradition bouddhiste proviennent de sa tradition orale. 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'harmonie des fonctions biologiques.

La posture en 7 points de Vairocana permet le maintien d'une longue période de méditation dans un état d'équilibre harmonieux. De plus, la détente constitue la base d'une clarté cristalline d'attention éveillée sans laquelle une méditation peut devenir somnolente ou brumeuse. *Participation : 10 € à remettre à l'entrée (5 € pour allocataires sociaux)*

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

Pratique guidée de 45 minutes. ouverte à ceux qui ont suivi la séance d'introduction à la posture de méditation. La pratique comprend une méditation en marche autour de deux périodes de méditation assise. On y apprend le placement du corps et comment adopter la posture de méditation selon sa morphologie. On y comprend le placement de l'esprit qui permet d'entrevoir la qualité de la méditation et le développement de la clarté de l'esprit en relation avec le bon maintien du corps. Veuillez vous inscrire lors de votre première séance : ananda@samye.be

Participation: 1 €

Méditation quotidienne - tous les jours sauf le dimanche de 18h30 à 19h30

La pratique de méditation quotidienne est ouverte à toute personne ayant suivi une introduction à la posture de méditation ou possédant des instructions préalables concernant les points clés du corps et de l'esprit en méditation. Cette méditation de groupe non guidée permet à chacun de mettre en pratique les instructions reçues. . Il s'agit d'établir une pratique régulière de la méditation de Shi-Né (Tibétain) ou Shamatha (Sanskrit) afin d'apaiser le courant de pensées de l'esprit et lui offrir une base de stabilité physique qui favorisera une vision profonde de l' être et de l'existence par la méditation de Lhag-Tong (Tibétain) ou Vipashyana (Sanskrit). Les personnes qui ne désirent pas méditer qu'une demi-heure ont la possibilité de sortir au coup de gong donné à 19h. *Participation: 1 €*

Important : La porte d'accès au Centre ferme à l'heure précise et n'ouvre plus après le début des séances de méditation. Soyez ponctuel, un minimum de 10 minutes avant la séance.

Pour méditer, portez un vêtement ample ou très souple. Evitez le jeans. Coussins disponibles et possibilité de se changer sur place. Il est demandé de ne pas fumer juste avant de pénétrer au Centre. Pour tout complément d'information, veuillez consulter le site www.samye.be.





ACTIVITÉS RÉGULIÈRES À SAMYE DZONG-BRUXELLES

Pratiques mensuelles :

Participation libre et ouverte à tous

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

Les samedis 24 juin, 22 juillet, 19 août et 23 septembre 2017 à 16h

Rituel dédié aux personnes décédées durant le mois en cours.

Vous pouvez transmettre le nom de personnes défunt(e)s dans votre entourage pour des prières, récitation de mantras et méditation en leur nom.



Rituel d'offrande de Gourou Rimpotché Konchog Tchindou

Le dimanche 19 juin 2016 à 15h00

Pour les autres dates, veuillez consulter le site "www.samye.be"



Pratiques hebdomadaires :

Participation libre et ouverte à tous

Vendredi à 20h00

Rituel de Tchenrézig (Bodhisattva de la compassion)

Séances d'explication de la pratique de Tchenrézig

par Patrick Andries

Chaque 3^{ème} vendredi du mois de 18h30 à 19h30

Prochaines dates : 16 juin, 21 juillet, 1 août et 22 septembre 2017.

Il ne s'agit pas d'enseignements mais d'explications par rapport au texte (mise en ordre, annotations, mise à jour, etc.). Participation libre



Samedi à 20h00

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

(activité suspendue pendant les mois de juillet et août)



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

(activité suspendue pendant les mois de juillet et août)





ATELIER : DOMPTER LE TIGRE - *Taming the Tiger*

"Étude, réflexion et méditation autour du 3^{ème} chapitre de "Dompter le Tigre" : La motivation juste"

Avec Jean-Christophe Lamy week-end du 23 et 24 septembre de 10h à 17h

Relaxation — Réflexion – Méditation

"Dompter le Tigre" est une méthode d'Entraînement de l'Esprit créée par le medecin et maitre de méditation Akong Rinpoché. Cette approche vise à mieux comprendre, pacifier et maîtriser notre esprit, ce Tigre parfois tranquille, parfois sauvage... et si souvent imprevisible !

Connaissance de soi et compassion pour les autres sont au cœur d'un enseignement montrant que vie quotidienne et vie spirituelle sont un même chemin. L'atelier se partage entre réflexions sur les valeurs de l'existence et quelques-uns des thèmes majeurs de la psychologie bouddhique. Les pratiques sont basées sur des exercices de relaxation, des mouvements et étirements, et des méditations de l'Attention vigilante et de la Pacification de l'esprit. Débutants et méditants expérimentés bienvenus. Le livre « Dompter le Tigre » est à la source de la méthode de Psychothérapie Tara Rokpa.



Où ? Kagyu Samyé Dzong Rue Capouillet 33 à 1060 Bruxelles

PAF: Week-end 90 € (étudiants, demandeurs d'emploi : 65 €) - 1 jour : 50 €

Acompte : 35 € à verser avant le 15 septembre 2017 - .Solde à payer sur place

Attention : places limitées à 12 personnes - Inscription requise avant le 20 janvier !

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

Infos et inscriptions : Jean-Christophe Lamy : 0495 57 20 86 - Email : jc.lamy@skynet.be

ACTIVITÉS ANNEXES À L'ESPACE SHAMBALA

Rue Capouillet 35, rez-de chaussée arrière

Yoga avec Félicette Chazerand, le mercredi de 18h30 à 20h dès le 13 septembre

"Un asana n'est pas une posture que l'on assume mécaniquement. Cela implique la pensée. Mouvement, résistance et détente ; mobilité et stabilité en parfait équilibre"



Nous aborderons la pratique dans une approche anatomique et physiologique pour optimiser la qualité de notre perception de la posture, de la respiration et de nos sens. Fluidité-espace-temps-détente sont les maîtres-mots de ces sessions.

Félicette Chazerand est chorégraphe et pédagogue. Elle a été formée en Belgique et en Inde dans le Yoga liengar qu'elle pratique en lien avec le Body-Mind Centering depuis une 15aine d'années. La méditation fait partie de son quotidien. Riche de ses expériences liées aux mouvements et à l'étude de la posture, elle s'adonne à l'enseignement du yoga en donnant des repères physiologiques, anatomiques et organiques.

Prix : 13 € par cours. Carte de 10 cours : 110€ valable 6 mois - Demandeur d'emploi: 90€

Informations et inscriptions : chazerandfelicette@gmail.com - +32 499 23 27 48





ACTIVITÉS ANNEXES À L'ESPACE SHAMBALA

Tai Chi Chuan - Style YANG authentique

Le Tai Chi Chuan est un art martial non violent originaire de la Chine ancienne. Il nous apprend à utiliser le Chi (souffle, énergie) plutôt que la force musculaire. Associée au Qi Gong, la pratique du Tai Chi Chuan a un effet déstressant, elle active la circulation sanguine sans surcharger le cœur, régularise et ralentit la respiration.

Le cours est donné par **Moïra Joos** et **Jean-Jo Verdin**, formés par **Jean-Paul de Crombrughe**, élève personnel de Maître Chu durant près de 25 ans.

Le cours se donne le **jeudi de 10h à 11h30** à l'espace Shambala
Le prix est de 120 € par trimestre.

Une **séance d'initiation** aura lieu **jeudi 24 août** de 10h à 12h.

Le prix est de 10 € (à titre d'avance sur le prix du trimestre)

Pour informations, veuillez contacter antoniadonate@gmail.com ou 0473 73 31 26.



Qi Gong de Santé Les lundis du mois de juin à 19h15, et les vendredis 23 et 30 juin à 10h30, reprise le 4 septembre 2017 les lundis et vendredis

Le Qigong de Santé - Qi "énergie" et "gong" travail - consiste en une génération et une maîtrise de l'énergie vitale de façon harmonieuse, tonifiante et relaxante à la fois. La pratique régulière de cet art thérapeutique permet l'augmentation de la capacité de prévention et de guérison des maladies et des blessures, le maintien d'une bonne santé, l'augmentation de la qualité de vie, de la longévité et du développement de soi.

Ces cours sont donnés par **Carole Baillien**, formée en Daoyin Yang Sheng Gong et en Qigong de Santé à l'école du Life Care Centre avec Thésy Vogliolo et des professeurs reconnus de l'Université des Sports de Beijing.

Tarif de lancement pour le mois de juin 2017: 10 €/cours - 8 € allocataires sociaux

Un abonnement à 150 € valable 4 mois comprenant 16 cours à raison d'un cours par semaine, plus 5 € de couverture assurance pour l'année sera proposé à partir du 4 septembre 2017. Le cours individuel sera au tarif de 12 €, plus 5 € assurance pour l'année.

Plus d'infos sur www.samybe.be - inscriptions : ananda@samybe.be

Astrologie et Spiritualité

Vendredi 16 juin 2017 à 20h à l'espace Shambala

Conférence d'Emmanuel Le Bret :

"LA SYMBOLIQUE DES RÊVES - Selon les traditions d'Orient et d'Occident, les mémoires mystérieuses de la psyché..."

Vendredi 15 septembre 2017 à 20h à l'espace Shambala

Conférence : **"LILITH, la Lune Noire et le Féminin Sacré"**



(voir explications complètes des deux conférences sur le site www.samybe.be)

Participation aux frais : 8 €

Des consultations individuelles sont possibles les 22 et 23 juin et entre le samedi 16 et le vendredi 22 septembre 2017 - informations et réservations : ananda@samybe.be





Samyé Shop

Tibetan & Nepalese Handicrafts - Books

Librairie bouddhiste
Artisanat du Tibet et du Népal



ouverture du mardi au samedi de 10h30 à 14h et de 15h à 18h30

En juillet 2017 de 17h à 18h30 en semaine et de 15h à 18h30 le samedi

Fermé au mois d'août 2017

Rue Capouillet 33 - 1060 Bruxelles - Tél.: 02 538 13 80

mail : sales@samyeshop.com

vente en ligne : www.samyeshop.com

10% sur tous les produits jusqu'au
24 juin 2017 ! (avec le code Karmapa 2017)



Le 17^{ème} Gyalwang Karmapa

Le 12^{ème} Kenting Tai Sitoupa



Tcheudjé Akong Tulkou Rimpotché

Tcheudjé Lama Yeshé Losal Rimpotché

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

Droit à 50% de réduction aux enseignements et 5% sur les achats au Samyé Shop.

Membre bienfaiteur : 40 € par mois

Droit à l'entrée libre aux enseignements et 10% sur les achats au Samyé Shop.

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 par un versement annuel
ou un paiement mensuel par ordre permanent
au compte IBAN BE53 3100 3142 4753.**



Journal du Centre d'Études tibétaines

Périodique trimestriel n°159 - mai - septembre 2017

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

Bureau de dépôt: Bruxelles X - Agréation N°405089



KAGYU SAMYE DZONG BRUXELLES asbl

Centre d'Études tibétaines

33, rue Capouillet - 1060 Bruxelles

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

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

KAGYU SAMYE LING BELGIUM asbl

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

Rue Fond des Gouttes, 1 - Leugnies, 6500 Beaumont - Tél.: +32 (0)71 32 15 65 - info@kagyasamyeling.be

