

DHAGPO KUNDREUL LING



PROGRAMME
janvier à mai 2022

Dhagpo Kundreul Ling

DHAGPO KUNDREUL LING

**Monastère et centre d'étude et de méditation bouddhiques
sous l'autorité spirituelle
de Thayé Dorjé, Sa Sainteté le 17^e Gyalwa Karmapa**

Nous sommes heureux de vous présenter le programme de janvier à mai 2022. Ce programme propose des enseignements ainsi que des pratiques ponctuelles ou sur une journée d'accumulation.

Nous nous réjouissons de pouvoir vous proposer ces rencontres autour de la pratique et de l'enseignement du Bouddha.

Dhagpo Kundreul Ling se compose de deux lieux : Le Bost où se situent le monastère des moines, le grand temple et l'ermitage Pendé Ling (lieu dédié aux retraites à court terme) et, à trois kilomètres de distance, Laussedat où se trouve le monastère des moniales.

INFORMATIONS

Merci de vous préinscrire pour les stages et également pour l'hébergement, afin de faciliter l'organisation des stages.

Vous pouvez prendre contact avec l'accueil de l'ermitage ou de Laussedat par téléphone ou par email. L'inscription proprement dite et le règlement s'effectuent la veille ou le premier jour du stage.

Une traduction en anglais est possible sur demande préalable, 10 jours avant, de 4 personnes au minimum.

English translation is available if at least four people ask for it ten days in advance.

Vous pouvez vous procurer les textes nécessaires à la boutique Soujata de Kundreul Ling, Le Bost.

ATTENTION : compte tenu de la propagation rapide du COVID, nous demandons aux personnes qui souhaitent être hébergées sur place de présenter un **un test PCR négatif datant de moins de 48h, à leur arrivée, même pour les personnes vaccinées..** Nous ne pouvons proposer de repas aux personnes qui ne sont pas hébergées sur place. **D'autre part, le port du masque est obligatoire dans le temple.**

Grand temple du Bost



© Annie Dard

Du 16 au 20 mars

Méditation en action - cultiver la compassion au quotidien

Lama Rabzang



La compassion enseignée par le Bouddha s'enracine dans l'éthique, se déploie sous les différentes formes de générosité et s'établit grâce à la patience. Comme cette compassion se vit dans les situations quotidiennes, elle requiert une forme de discernement pour faire les bons choix. Associant méditation et action, notre compassion devient intelligente et notre discernement fonde notre action. C'est ainsi que peut se révéler la sagesse présente en chacun.

Ouvert à tous

- Au temple de Laussedat du mercredi 16 à 9h30 au dimanche 20 mars à 16h
- Frais de session : 14 € par jour

Du 24 au 27 mars

Les ayatanas (SUPPORTS DE DÉPLOIEMENT DE LA CONNAISSANCE)

Olivier et Renan



Le thème des 12 *ayatanas* est, selon le Bouddha, un des trois thèmes à connaître parfaitement (avec celui des cinq agrégats et des 18 dhatus). Connaître ces trois thèmes permet d'affiner le discernement sur les phénomènes qui nous constituent et ceux qui nous entourent et de remédier ainsi à notre appréhension erronée.

Ce stage explique ce que sont les *ayatanas* et fait suite à celui de novembre sur les *dhatus*.

Pour mener à bien cette étude, nous nous appuyerons sur le chapitre 3 de *l'Entrée sur la voie des pandits*.

Ce stage sera proposé en présentiel, au temple de Laussedat et par Zoom (voir la section « Pour vous connecter à la réunion Zoom » ci-dessous)

Ouvert à tous

- Au temple de Laussedat, du jeudi 24 au dimanche 27 mars, sessions de 10h à 10h45 et de 11h15 à 12h, puis de 14h à 14h45 et de 15h15 à 16h
- Frais de session : 14 € par jour pour les personnes en présentiel. Les personnes qui suivront le stage via Zoom sont invitées à faire une offrande pour les frais d'organisation et pour soutenir le centre.

Si vous souhaitez recevoir le texte de référence en français, veuillez-vous inscrire auprès de l'accueil (voir coordonnées ci-dessous).

Du 30 mars au 3 avril

Le karma, un processus de transformation

Lama Trinlé Dordjé



Le karma n'est pas une fatalité ! C'est le processus qui nous amène à expérimenter nos conditions de vie, qu'elles soient heureuses ou malheureuses. Le terme karma signifie « action » et désigne des actes que nous accomplissons, motivés par les différents états d'esprit qui nous traversent. Travailler sur notre propre esprit nous conduit à nous défaire progressivement de l'emprise des événements afin de les approcher de manière plus constructive et créative. Le processus de cause à effet peut alors devenir un processus de transformation intérieure.

Ouvert à tous

- Au temple de Laussedat du mercredi 30 mars à 9h30 au dimanche 3 avril à 16h
- Frais de session : 14 € par jour

Du 6 au 10 avril

Tara verte – APPROFONDISSEMENT NIVEAU 2

Lama Teundroup



Appelée la Libératrice, Tara est la personnification, sous un aspect féminin, de l'activité spontanée des bouddhas. Sa méditation protège de la peur, écarte les obstacles pour soi et pour autrui et permet de réaliser l'éveil. Cette retraite d'approfondissement est destinée aux personnes déjà familiarisées avec la pratique. Elle comprend des sessions de pratique et d'approfondissement par l'étude du mot à mot des 21 louanges.

Ouvert aux personnes ayant pris refuge et reçu les instructions

- Texte nécessaire : pratique de Tara verte
- Au temple de Laussedat du mercredi 6 à 9h30 au dimanche 10 avril à 16h
- Frais de session : 14 € par jour

Du 16 au 20 avril

La conscience dans ses deux modes : confus et éveillé

Lama Tcheudreun



Pour mieux comprendre l'esprit ou conscience qui nous permet d'expérimenter tout ce que nous vivons, nous nous baserons sur le *Namshé-Yéshé*, traité du 3^e Karmapa, Rangjung Dorjé. Ce texte examine la distinction entre la conscience partielle de l'esprit confus (tib. *namshé*) et la connaissance primordiale de l'esprit éveillé (tib. *yéshé*). Il nous donne les clés pour comprendre comment passer de l'une à l'autre. Le stage alternera entre des sessions d'enseignement, d'échanges et de méditation.

Ouvert à tous

- Au temple de Laussedat du samedi 16 à 9h30 au mercredi 20 avril à 16h
- Frais de session : 14 € par jour

Du 30 avril au 4 mai

Les 37 pratiques de Bodhisattva

Lama Teundroup et Birgit



Thogmé Zangpo, maître bouddhiste tibétain, a décrit en trente-sept stances la façon dont un bodhisattva pratique pour réaliser les deux bienfaits : le sien et celui des autres. Ce texte concis donne les moyens de parcourir le chemin de compassion et de sagesse du grand véhicule (Mahayana).

L'alternance des enseignements, des échanges et des sessions de méditation rend le texte accessible et nous permet de mieux l'intégrer pour le mettre en œuvre dans notre quotidien.

Ouvert à tous

- Textes nécessaires : *Les 37 pratiques de Bodhisattvas de Gyelsé Thogmé* – Ed. Padmakara,
- Optionnel : *Au cœur de la compassion : commentaire de Dilgo Khyentsé Rinpoche*, Ed. Padmakara
- L'excellente aiguë d'élixir : commentaire de Ngawang Tenzin Norbou*, Ed. Rabsel
- Au temple de Laussedat du samedi 30 avril à 9h30 au mercredi 4 mai à 16h
- Frais de session : 14 € par jour

Du 7 au 11 mai

Approche de la vacuité

Lama Jean-Guy



La vacuité est dite « inconcevable et inexprimable ». Pourtant, le Bouddha l'a enseignée au travers de raisonnements et d'exemples afin de nous donner les moyens d'en acquérir une connaissance certaine sur laquelle baser notre méditation. Expérimenter la vacuité, c'est percevoir les phénomènes tels qu'ils sont dans leur pleine interdépendance. Lama Jean-Guy présente la vacuité de façon progressive et interactive. Le stage fait alterner enseignements, échanges et méditations guidées.

Ouvert à tous

- Au temple de Laussedat du samedi 7 à 9h30 au mercredi 11 mai à 16h
- Frais de session : 14 € par jour

Du 14 au 18 mai

La méditation

Lama Tcheudreun



Dans son état naturel, notre esprit est calme et clair. Cependant, nous avons tendance à suivre nos pensées et nos émotions au lieu de nous relier à cette clarté ; l'esprit est alors brouillé. La pratique régulière de la méditation permet à l'esprit de s'apaiser ; en laissant passer les pensées et les émotions qui le perturbent, il devient ainsi plus stable. Les qualités de présence, d'ouverture et de clarté peuvent alors naturellement se révéler.

Ouvert à tous

- Au temple de Laussedat du samedi 14 à 9h30 au mercredi 18 mai à 16h
- Frais de session : 14 € par jour

ENSEIGNEMENTS DU DIMANCHE

**Les fondamentaux du bouddhisme abordés à travers différents thèmes
ou une introduction à la méditation, en alternance un mois sur deux
Par Zoom de 14h30 à 16h**

Enseignements libres de frais de session

Dimanche 23 janvier

Introduction à la méditation

Lama Teundroup

La méditation est un exercice où l'on s'entraîne à une présence consciente en unissant détente et vigilance. Grâce aux qualités de présence et d'ouverture ainsi révélées, nous pouvons observer les différents mouvements et mécanismes de notre esprit et découvrir stabilité et clarté sur le coussin comme dans les situations de la vie quotidienne.

Dimanche 6 février

Le refuge : Enrichir sa vie

Lama Tcheudreun

La prise de refuge est l'engagement qui marque le début du chemin. Les objets de refuge sont les trois Joyaux, le Bouddha (l'éveil), le Dharma (l'enseignement), et le Sangha (les guides). Nous relier aux objets de refuge, c'est enrichir notre vie d'une dimension spirituelle et trouver un soutien qui nous accompagne tout au long du chemin. Nous pouvons ainsi développer les qualités éveillées présentes en chacun de nous.

Dimanche 6 mars

Introduction à la méditation

Lama Teundroup

Dimanche 17 avril

La prière à sept branches - Générer les causes d'éveil

Lama Kemtcho

L'accumulation d'activité bénéfique est, avec la purification des voiles de l'esprit, un des moyens d'actualiser l'éveil. La prière à sept branches constitue une méthode simple et efficace pour accumuler le mérite nécessaire et rencontrer ainsi des circonstances favorables sur le chemin vers l'éveil. On retrouve ce type de prière dans de nombreux textes.

Dimanche 8 mai

Introduction à la méditation

Lama Tcheudreun

JOURNÉES DE PRATIQUE

Ouvertes en présentiel

Tchenrezi

Pratique du Bouddha de la compassion

Une journée par mois, au grand temple du Bost

- Samedi 22 janvier
- Samedi 30 avril
- Dimanche 20 février
- Samedi 21 mai
- Samedi 26 mars

De 10h à 11h, 11h30 à 12h15, 14h30 à 15h30 et de 16h à 17h

Elles sont également retransmises en direct de notre chaîne YouTube.

Sangyé Menla

Pratique du Bouddha de médecine

- Samedi 29 janvier au grand temple de Laussedat
- Samedi 2 avril au petit temple de Laussedat

À Laussedat de 9h à 10h30, 11h à 12h30, 14h à 15h30 et de 16h à 17h30

PRATIQUES MENSUELLES ET OCCASIONNELLES

Ouvertes en présentiel

**Ces dates peuvent être modifiées,
se référer au site de Dhagpo Kundreul Ling, onglet « rituels mensuels ».**

Milarepa

« Gourou-yoga » pratique d'union à l'esprit du maître

Les jours de pleine lune et d'événements occasionnels, avec accumulation d'offrandes (*tsok*)

- Lundi 17 janvier
- Samedi 16 avril
- Mercredi 16 février (*dutchen*)
- Lundi 16 mai (*dutchen*)
- Vendredi 18 mars

Au grand temple du Bost à 20h15 en semaine et à 15h le week-end

Sangyé Menla

Pratique du Bouddha de médecine

- Jeudi 13 janvier
- Jeudi 14 avril
- Jeudi 10 février
- Jeudi 12 mai
- Jeudi 17 mars

Au temple de Laussedat, à 20h15

Amitabha - VERSION MOYENNE DE CETTE PRATIQUE

Pratique du Bouddha Amitabha associé à la terre de Dewatchen

- Mardi 1^{er} février
- Lundi 4 avril
- Lundi 2 mai

Au temple de Laussedat, à 16h

Cérémonies du nouvel an tibétain

Traditionnellement, la période du nouvel an est considérée comme une période propice à la purification des voiles de l'esprit et à la pratique spirituelle.

Pendant les jours précédant le nouvel an tibétain, nous accomplissons le rituel extensif dédié aux protecteurs du Dharma ; cette pratique a pour but de purifier les négativités de l'année écoulée. Le jour du nouvel an, nous formulons des souhaits pour l'année à venir.

- **Du mercredi 23 février au mardi 1^{er} mars 2022 à partir de 7h : grand rituel des protecteurs**
- **Mercredi 2 mars à 9h30 : rituel de purification par la fumée**
- **Jeudi 3 mars : nouvel an tibétain
à 7h : rituel des protecteurs
à 11h : cérémonie du nouvel an tibétain**

Ces cérémonies, ouvertes à tous, auront lieu au grand temple du Bost.

Pour les pratiques régulières, se référer au site de Kundreul Ling, onglet « Rituels mensuels ».

Participation aux frais d'hébergement

Votre participation financière contribue, en partie, à l'équilibre financier du monastère et nous permet de maintenir et d'améliorer la qualité de notre accueil. Un barème adapté aux revenus mensuels de chacun permet l'accueil du plus grand nombre.

Selon vos ressources, les frais d'hébergement (repas compris) s'échelonnent de 26 € à 39 € par jour, en chambre simple ou double selon les stages.

Frais de session

Ils sont destinés à couvrir les frais d'organisation des enseignements et de déplacement des lamas. Les montants sont indiqués dans le descriptif de chaque stage.

La question financière ne doit pas être un obstacle à votre venue à Kundreul Ling. Pour toute précision, contactez-nous.

POUR VOUS CONNECTER



Accéder à notre chaîne **YouTube Dhagpo Kundreul Ling**



Il vous suffit de renseigner l'ID et le mot de passe suivants dans votre **application Zoom** :
ID de réunion : **698 472 0693**
Mot de passe : **norbou**

2022

Janvier

Sa	1	
Di	2	
Lu	3	
Ma	4	
Me	5	
Je	6	
Ve	7	
Sa	8	
Di	9	
Lu	10	
Ma	11	
Me	12	
Je	13	
Ve	14	
Sa	15	
Di	16	
Lu	17	
Ma	18	
Me	19	
Je	20	
Ve	21	
Sa	22	Tchenrezi
Di	23	<i>Introduction à la méditation</i>
Lu	24	
Ma	25	
Me	26	
Je	27	
Ve	28	
Sa	29	Sangyé Menla
Di	30	
Lu	31	

Février

Ma	1	
Me	2	
Je	3	
Ve	4	
Sa	5	
Di	6	<i>Le Refuge</i>
Lu	7	
Ma	8	
Me	9	
Je	10	
Ve	11	
Sa	12	
Di	13	
Lu	14	
Ma	15	
Me	16	
Je	17	
Ve	18	
Sa	19	
Di	20	Tchenrezi
Lu	21	
Ma	22	
Me	23	
Je	24	
Ve	25	
Sa	26	
Di	27	
Lu	28	

Mars

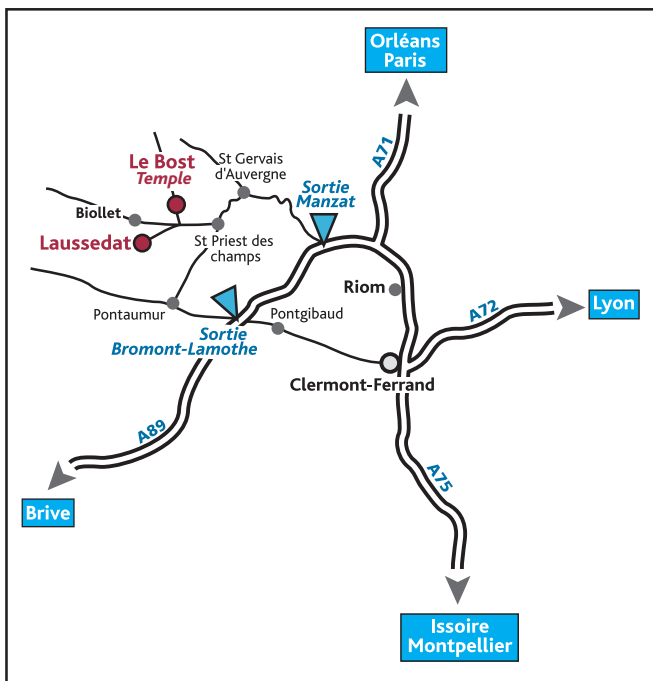
Ma	1	
Me	2	
Je	3	Nouvel an tibétain
Ve	4	
Sa	5	
Di	6	<i>Introduction à la méditation</i>
Lu	7	
Ma	8	
Me	9	
Je	10	
Ve	11	
Sa	12	
Di	13	
Lu	14	
Ma	15	
Me	16	
Je	17	Méditation en action
Ve	18	
Sa	19	
Di	20	
Lu	21	
Ma	22	
Me	23	
Je	24	
Ve	25	Les ayatanas
Sa	26	Tchenrezi
Di	27	
Lu	28	
Ma	29	
Me	30	
Je	31	Le karma

Avril

Ve	1	Le karma <i>(suite)</i>
Sa	2	Sangyé Menla
Di	3	
Lu	4	
Ma	5	
Me	6	
Je	7	Tara verte
Ve	8	
Sa	9	
Di	10	
Lu	11	
Ma	12	
Me	13	
Je	14	
Ve	15	
Sa	16	
Di	17	La prière à 7 branches
Lu	18	La conscience dans ses 2 modes
Ma	19	
Me	20	
Je	21	
Ve	22	
Sa	23	
Di	24	
Lu	25	
Ma	26	
Me	27	
Je	28	
Ve	29	
Sa	30	Tchenrezi

Mai

Di	1	Les 37 pratiques de Bodhisattvas
Lu	2	
Ma	3	
Me	4	
Je	5	
Ve	6	
Sa	7	
Di	8	Introduction à la méditation
Lu	9	Approche de la vacuité
Ma	10	
Me	11	
Je	12	
Ve	13	
Sa	14	
Di	15	La méditation
Lu	16	
Ma	17	
Me	18	
Je	19	
Ve	20	
Sa	21	Tchenrezi
Di	22	
Lu	23	
Ma	24	
Me	25	
Je	26	
Ve	27	
Sa	28	
Di	29	
Lu	30	
Ma	31	



SOUTENIR KUNDREUL LING

Kundreul Ling remercie toutes les personnes qui offrent leur temps, leur disponibilité ou leur soutien financier à la bonne marche des monastères et à la finition du grand temple. C'est grâce à la générosité de chacun que ceux-ci peuvent exister et que l'enseignement pourra continuer à être donné.

SOUTENIR KUNDREUL LING PAR UN DON EN LIGNE

Si vous souhaitez participer à la pérennité et au développement de Kundreul Ling, vous pouvez faire un don en ligne sur notre site dans la **rubrique « Offrir un Norbou »**.

FAIRE UNE OFFRANDE POUR UN STAGE

Si vous souhaitez faire un don pour les enseignements proposés, vous pouvez le faire par chèque à l'ordre de KTL NORBOU à l'adresse suivante : **Comptabilité Kundreul Ling - Le Bost - 63640 BIOLLET**
Nous vous demandons de bien vouloir préciser le stage qui fait l'objet de votre don dans votre courrier joint au chèque.
Par ailleurs, veuillez noter que dans ce cas particulier, votre don ne pourra faire l'objet d'un reçu fiscal.

Accueil général

Le Bost – 63640 Biollet

Tél. : 04 73 52 24 34

ktl.contact@dhagpo.org

www.dhagpo-kundreul.org

www.facebook.com/DhagpoKundreulLing



Accueil Laussedat

Tél. : 04 73 52 20 92

ktl.laussedat@dhagpo.org



Accueil Ermitage Pendé Ling

Tél. : 04 73 52 24 60

ktl.ermitage@dhagpo.org



Boutique Soujata

Tél. : 07 69 48 04 15

ktl.boutique@dhagpo.org