

DHAGPO KUNDREUL LING



PROGRAMME
octobre 2012 à mai 2013

Dhagpo Kundreul Ling

DHAGPO KUNDREUL LING

Ermitage monastique et centres de retraite bouddhiques
sous l'autorité spirituelle
du 17^e Gyalwa Karmapa Trinley Thayé Dorjé

Dhagpo Kundreul Ling, en Auvergne, est un lieu de pratique et de vie où hommes et femmes ont pour vocation de préserver et transmettre l'enseignement du Bouddha. Il regroupe deux ermitages monastiques, plusieurs centres de retraite de 3 ans. De plus, de courtes retraites individuelles ou de groupe sont proposées à l'ermitage Pendé Ling.

La communauté trouve son inspiration dans la bonté et la sagesse de maîtres exceptionnels tels que le 16^e Gyalwa Karmapa, sa réincarnation le 17^e Gyalwa Karmapa Trinley Thayé Dorjé et leurs proches disciples : Shamar Rinpoché, Jigmé Rinpoché et Guendune Rinpoché. Ce dernier fut le fondateur du centre auquel il se dédia pleinement de 1984 jusqu'à sa disparition en 1997.

Cette communauté est reliée à celle de Dhagpo Kagyu Ling en Dordogne, siège européen de la lignée Karma Kagyu fondé en 1975 par le 16^e Gyalwa Karmapa.

Les Gyalwa Karmapa sont les détenteurs de la lignée Kagyu, une des quatre grandes écoles du bouddhisme himalayen. L'enseignement de cette lignée, qui trouve son origine en le Bouddha, a été préservé de façon pure jusqu'à nos jours grâce à une transmission ininterrompue de maître à disciple.

Dhagpo Kundreul Ling est composé de deux lieux. Au Bost se situent le monastère des moines et le grand temple, ainsi que l'ermitage Pendé Ling (lieu dédié aux retraites individuelles et de groupe). A Laussedat, à trois kilomètres de distance, se trouve le monastère des moniales.

Les stages se déroulent dans l'un ou l'autre de ces lieux, comme indiqué dans ce programme. Pour en faciliter l'organisation, il est indispensable de se pré-inscrire au moins 2 semaines avant le début du stage, même si l'on ne réserve pas d'hébergement à Kundreul Ling. En effet, l'organisation et le maintien du stage dépendent du nombre de participants.

Inscription à un stage : contacter l'accueil du lieu où le stage se déroulera, par téléphone ou par mail (Laussedat ou Pendé Ling).

Réservation d'un hébergement : les différentes possibilités vous seront précisées lors de votre inscription.

Vous pouvez vous procurer les textes nécessaires ou les textes de référence à la boutique Dzambala à Dhagpo Kagyu Ling :
<http://www.dzambala.com>, tél : 05 53 50 70 76.

RETRAITES ET STAGES DE GROUPE

Du 12 au 14 octobre

Sangyé Menla

Lama Triné



Cette pratique du Bouddha de médecine constitue une grande purification et un support efficace pour les personnes dont l'activité est d'aider ceux qui souffrent.

Cette retraite d'approfondissement comprend essentiellement des sessions de pratique, ainsi que des explications avec des questions-réponses.

Ouvert aux personnes ayant pris refuge et reçu les instructions

- Texte nécessaire : rituel de Sangyé Menla
- A l'ermitage, du vendredi 12 à 9h au dimanche 14 à 17h30
- Frais de session : 7 €/jour

Du 19 au 21 octobre

Tara Verte

Lama Samten



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 comprend essentiellement des sessions de pratique, ainsi que des explications avec des questions-réponses.

Ouvert aux personnes ayant pris refuge et reçu les instructions

- Texte nécessaire : rituel de Tara Verte
- A l'ermitage, du vendredi 19 à 9h au dimanche 21 à 16h
- Frais de session : 7 €/jour

Du 28 octobre au 1^{er} novembre

Dordjé Sempa

Lama Guetso



Dordjé Sempa manifeste la nature immaculée et immuable de l'esprit, son mantra est appelé le mantra de cent syllabes. Cette méditation, qui permet de purifier les négativités et les voiles du karma, nous révèle à notre nature profonde.

Cette retraite comprend l'explication des phases de ce rituel, des sessions de pratique et de questions-réponses.

Ouvert aux personnes ayant pris refuge

- Texte nécessaire : rituel des pratiques préliminaires
- A Laussedat, du dimanche 28 octobre à 9h au jeudi 1^{er} novembre à 16h
- Frais de session : 7 €/jour

Du 4 au 20 novembre

Nyoung-né

Lama Kunkyab Dordjé



Cette pratique de Tchenrézi à 1000 bras constitue un puissant moyen de purification. Elle se base sur le respect des vœux de jeûne et de silence, partiels le premier jour, complets le second. Les vœux prennent fin le matin du troisième jour.

Cette retraite se déroule sous la forme de huit fois deux jours de pratique intensive. Il est possible de participer à un ou plusieurs Nyoung-né. Le samedi 3 à 18h, une explication du plan de la pratique est proposée.

Ouvert aux personnes ayant pris refuge

- Textes nécessaires: texte de Nyoung-né; « souhaits de Nyoung-né »; textes annexes pour les Nyoung-né; « Le trésor des prières de souhaits »
- A l'ermitage, du dimanche 4 à 6h au mardi 20 à 12h
- Frais de session: 7 €/jour

Du 26 au 30 novembre

Méditation intensive

Lama Puntso



De l'écoute à la pratique

Le but de la méditation est d'assimiler personnellement l'enseignement du Bouddha afin de parcourir le chemin de l'éveil. Durant la retraite, nous explorons ensemble le processus d'écoute, de réflexion et de méditation afin d'intégrer le dharma. Les fondements de la pratique, les méthodes de méditation et la manière de s'y entraîner sont expliqués et expérimentés afin de pouvoir établir une pratique au quotidien. Une large part de la retraite est consacrée à la méditation.

Ouvert à tous

- Textes de référence: livrets des stages de Jigmé Rinpoché: « La méditation » (décembre 2009) et « La méditation mot à mot » (décembre 2010)
- A l'ermitage, du lundi 26 à 9h au vendredi 30 à 17h
- Frais de session: 7 €/jour

Du 8 au 12 décembre

Amitabha

Lama Teundroup



Amitabha, le Bouddha de lumière infinie, est associé à la terre de Déwachen.

La pratique de sa méditation permet de créer, pour soi et pour les autres, les causes d'une renaissance en cette terre pure. Lama Teundroup base son enseignement et la pratique sur une version moyenne tirée du long rituel d'Amitabha. Le court rituel est également expliqué.

Cette retraite comprend l'explication des phases du rituel, des sessions de pratique et de questions-réponses.

Ouvert aux personnes ayant pris refuge

- Textes nécessaires: long et court rituels d'Amitabha
- A l'ermitage, du samedi 8 à 10h au mercredi 12 à 16h
- Frais de session: 7 €/jour

Du 25 février au 1^{er} mars

Tara Verte

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. Les enseignements donnés portent principalement sur l'explication des 21 louanges qui sont le cœur de cette pratique, ainsi que sur les vertus transcendantes (paramitas).

Cette retraite d'approfondissement comprend des enseignements, des sessions de pratique et de questions-réponses.

Ouvert aux personnes ayant pris refuge et reçu les instructions

- Texte nécessaire: rituel de Tara Verte
- A Laussedat, du lundi 25 à 10h au vendredi 1^{er} à 16h
- Frais de session: 7 €/jour

Du 6 au 17 mars

Kyé bou soum

Khenpo Ngédeun



Khenpo Ngédeun nous fait encore une fois l'honneur de sa visite. Le texte enseigné le « Kyé bou soum » est un guide de méditation bouddhiste. Ce texte expose une approche graduelle du développement cognitif et méditatif destiné à répondre aux besoins des différents types de personnes, selon leurs aspirations.

Ouvert à tous

- Textes de référence: le commentaire de Taranatha, en français: « Le cœur des trois voies », en anglais: « Essence of Ambrosia, a Guide to Buddhist Contemplations »
- Au grand temple du Bost, du mercredi 6 à 8h30 au dimanche 17 à 16h30
- Frais de session: 7 €/jour

Du 13 au 17 avril

Tchenrézi

Lama Kunkyab Bernard



Tchenrézi est le Bouddha de l'amour et de la compassion. Son mantra a le pouvoir de libérer du samsara et permet de développer une compassion authentique.

Cette retraite comprend l'explication des phases de ce rituel, des sessions de pratique et de questions-réponses.

Attention: Retraite organisée par le KTT de Montpellier, s'inscrire auprès du KTT: ktt-montpellier@dhagpo-kagyu.org

Ouvert aux personnes ayant pris refuge

- Texte nécessaire: rituel de Tchenrézi
- A l'ermitage, du samedi 13 à 10h au mercredi 17 à 16h
- Frais de session: 7 €/jour

Du 13 au 17 avril

Quelle est l'origine du monde et des êtres ?

Lama Tcheudreun



C'est par le rassemblement de causes et de conditions spécifiques que tout apparaît, a expliqué le Bouddha. C'est ce thème, en particulier les 12 liens de la production en dépendance qui est développé ici.

Ce stage comprend des enseignements et des sessions de réflexion et de méditation intensives, permettant ainsi d'intérioriser l'en-

seignement.

Ouvert à tous

- Au grand temple du Bost, du samedi 13 à 10h au mercredi 17 à 12h 30
- Frais de session : 7 €/jour

Du 27 au 31 mai

Lodjong

Lama Kyenrab



Lodjong signifie « entraînement de l'esprit ». Cet enseignement donne les moyens de dissiper la saisie égoïste et de développer une bienveillance authentique en amenant toute situation au chemin.

Cette retraite comprend enseignements et sessions de pratique permettant d'en approfondir le sens.

Ouvert à tous

- Texte nécessaire : texte de pratique « Le précieux cœur »
- Texte de référence : « Lo Djong, la voie vers l'éveil », Shamar Rinpoché
- Au grand temple du Bost, du lundi 27 à 9h 30 au vendredi 31 à 17h
- Frais de session : 7 €/jour

ENSEIGNEMENTS DU DIMANCHE

Au temple de Laussedat de 14 h 30 à 16 h 30

Enseignements libres de frais de session

Lodjong

Lodjong signifie « entraînement de l'esprit ». A partir d'un enseignement du maître bouddhiste indien Atisha (982-1054) présenté sous la forme de maximes concises, cet enseignement détaille l'aspect relatif et l'aspect ultime de l'esprit d'éveil. Il donne les moyens de dissiper la saisie égoïste et de développer une bienveillance authentique en faisant de toute situation une occasion de progresser sur le chemin vers l'éveil. Ces enseignements se basent sur le commentaire de Shamar Rinpoché « Lo Djong, la voie vers l'éveil ».

28 octobre

Présentation de l'enseignement de Lodjong

Lama Kyenrab

Pour avoir une vue d'ensemble de la pratique de Lodjong, les sept points de l'entraînement de l'esprit sont présentés globalement ainsi que l'historique de cet enseignement.

1- Les fondations de la pratique de l'entraînement de l'esprit

11 novembre

Le précieux corps humain

Lama Shérab Kunzang

La réflexion sur notre existence humaine pendant laquelle nous sommes en contact avec l'enseignement du Bouddha nous montre son caractère précieux et permet de comprendre le sens que nous pouvons donner à notre vie.

9 décembre

La mort et l'impermanence

Lama Targyé

La mort est une expérience qui fait partie de la vie, en tant qu'aboutissement de celle-ci et passage vers une nouvelle destinée, mais elle est aussi présente dans toutes nos expériences quotidiennes frappées par l'impermanence.

20 janvier

La loi de causalité

Lama Tcheudreun

L'enseignement sur le karma, loi universelle de cause à effet, met en évidence notre responsabilité dans nos actes et leurs conséquences, et le sens de notre vécu quotidien. Appliquer cette compréhension dans notre vie nous aide à faire les choix adéquats pour des conditions plus favorables.

17 février

Les défauts du monde conditionné

Lama Karin

Bien que le bonheur soit l'aspiration profonde qui oriente nos choix et nos actions, force est de constater que l'insatisfaction domine notre vie. Cet enseignement présente en quoi le monde conditionné est défectueux.

31 mars

Les qualités des Trois Joyaux : le bouddha, le dharma et le sangha

Lama Paméla

Le refuge est au cœur du chemin bouddhiste, il se développe sur la base de la confiance. Cette confiance s'appuie sur la compréhension de ce qu'est l'état de

bouddha en tant que fruit, le dharma qui éclaire la voie et permet d'actualiser les qualités et le sangha des maîtres authentiques qui nous accompagnent sur ce chemin. L'objet de cet enseignement porte sur le sens des Trois Joyaux.

21 avril

Stabiliser l'esprit : méditation de chiné

Lama Kyenrab

Au préalable à l'entraînement à la bodhicitta ultime et relative, il est nécessaire de stabiliser l'esprit. Les instructions amenant à la pacification mentale sont données et mises en pratique lors de cet enseignement.

2- La pratique principale : l'entraînement à la bodhicitta

Cette pratique a 2 aspects : la bodhicitta ultime où l'on apprend à méditer et la bodhicitta relative où l'on apprend à développer l'amour et la compassion pour tous les êtres.

5 mai

L'entraînement à la bodhicitta ultime

Lama Rabzang

La bodhicitta ultime se révèle avec la réalisation de la nature véritable de l'esprit. Afin d'approcher cette nature ultime, des instructions spécifiques sont données dans le texte du Lodjong et sont présentées lors de cet enseignement.

JOURNÉES SUR LA MÉDITATION

Enseignement et pratique

Lama Tcheudreun et Lama Kyenrab

Un samedi par mois

- **15 septembre**
- **20 octobre**
- **24 novembre**
- **1er décembre**
- **19 janvier**
- **2 février**
- **23 mars**
- **20 avril**
- **4 mai**

- Au temple de Laussetat de 10h à 12h30 et de 14h à 17h
- Frais de session libres

JOURNÉES DE PRATIQUE

Sangyé Menla

Pratique du Bouddha de médecine

- **samedi 17 novembre**
- **samedi 23 février**
- **samedi 27 avril**

- Au temple de Laussetat de 9h à 12h30 et de 14h à 17h30

Tchenrézi

Pratique du Bouddha de la compassion

Un samedi par mois

- **6 octobre**
- **3 novembre**
- **15 décembre**
- **12 janvier**
- **16 février**
- **2 mars**
- **6 avril**
- **18 mai**

- Au grand temple du Bost pendant les horaires d'été
- Au petit temple du Bost pendant les horaires d'hiver
- De 10h à 11h, 11h30 à 12h30, 14h30 à 15h30, 16h à 17h

PRATIQUES RÉGULIÈRES

Mahakala

Rituel des protecteurs de la lignée Karma Kagyu

- Tous les jours au Bost à 18h15 et à Laussetat à 18h

Tchenrézi

Pratique du Bouddha de la compassion

- Tous les jours au grand temple du Bost à 20h15 pendant les horaires d'été
- Tous les jours au petit temple du Bost à 17h pendant les horaires d'hiver

Tara Verte

Pratique de Tara la libératrice

- Tous les dimanches au petit temple du Bost à 10h et à Laussetat à 11h

PRATIQUES MENSUELLES ET OCCASIONNELLES

Milarépa

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

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

- **29 octobre** (anniversaire du nirvana de Guendune Rinpoché)
- **6 novembre** (dutchen)
- **28 novembre**
- **28 décembre**
- **26 janvier**
- **25 février**
- **27 mars**
- **25 avril**
- **25 mai**

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

Sangyé Menla

Pratique du Bouddha de médecine

Le jeudi précédant la pleine lune

- jeudi 25 octobre
- jeudi 22 novembre
- jeudi 27 décembre
- jeudi 24 janvier
- jeudi 21 février
- jeudi 21 mars
- jeudi 18 avril
- jeudi 23 mai

• Au temple de Lausnedat à 20h

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 neuf 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. Puis, le jour du nouvel an, nous formulons des souhaits pour l'année à venir.

- **Du vendredi 1^{er} au samedi 9 février 2012 à partir de 7h**: grand rituel des protecteurs
- **Dimanche 10 février à 9h 30**: rituel de purification par la fumée
- **Lundi 11 février**: nouvel an tibétain:
 - 7h**: rituel des protecteurs
 - 11h**: cérémonie du nouvel an tibétain

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

Participation aux frais d'hébergement

Votre participation financière contribue, en partie, à l'équilibre financier du monastère et nous permet de maintenir et 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 23 € à 35 € par jour, en chambre simple ou double selon les stages.

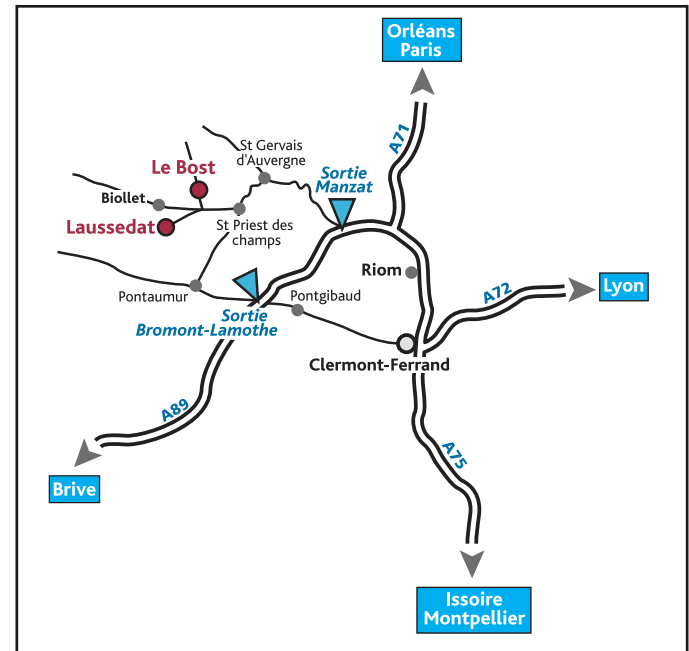
Frais de session

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.

COMMENT VENIR À KUNDREUL LING



Kundreul Ling remercie toutes les personnes qui offrent leur temps, leur disponibilité ou leur soutien financier à la bonne marche des ermitages et à la finition du temple du Gyalwa Karmapa.

C'est grâce à la générosité de chacun que ceux-ci peuvent exister et que l'enseignement pourra continuer à être donné. Si vous souhaitez participer à la pérennité et au développement de Kundreul Ling, vous pouvez nous contacter en écrivant à :

KTL « Projet Norbou »
Le Bost - 63 640 Biollet
Tél : 04 73 52 24 34
ktl@dhagpo-kagy.org

Vous pouvez aussi faire un don en ligne sur notre site :

<http://www.dhagpo-kundreul.org/fr>
en cliquant sur le lien "Offrir un Norbou"

Accueil général

Le Bost – 63 640 Biollet

Tél. : 04 73 52 24 34 – Fax : 04 73 52 24 36

ktl@dhagpo-kagyu.org

Accueil Laussedat

Tél. : 04 73 52 20 92

laussedat@dhagpo-kagyu.org

Accueil Ermitage Pendé Ling

Tél. : 04 73 52 24 60

ermitage@dhagpo-kagyu.org

Blog : ermitagependeling.blogspot.com