



# DHAGPO KUNDREUL LING

PROGRAMME AVRIL à JUIN 2021

*Dhagpo Kundreul Ling*

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

Nous sommes heureux de vous présenter le programme d'avril à juin 2021.

Ce programme propose des enseignements ainsi que des pratiques ou journées d'accumulation de Tchenrézi.

En cette période de situation sanitaire instable, les enseignements auront lieu via Internet par la plateforme Zoom ou YouTube avec un accès libre et gratuit.

Habituellement, lors des enseignements en présentiel, des frais de sessions sont demandés afin de couvrir les dépenses engagées par le centre pour rendre la transmission du Dharma possible. Dans le contexte actuel, si vous le souhaitez, vous pouvez soutenir l'association KTL Norbou, dont les activités sont extrêmement réduites depuis l'an dernier, en effectuant un don par virement bancaire ou par chèque (voir les modalités en bas de page).

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

**Du vendredi 2 au lundi 5 avril**

### **Les agrégats – 2<sup>e</sup> partie**

**Julie et Olivier**



Dans le cadre de l'enseignement du Bouddha, on appelle « ego » l'identification aux cinq constituants physiques et psychiques d'une personne : formes, sensations, distinctions, formations et consciences. Se basant sur *l'Entrée sur la voie des pandits*, de Mipham Rinpoché (1846-1912), nous analyserons précisément ce que sont ces cinq agrégats (skt. *skandhas*), leurs liens et leur fonctionnement, pour que nous comprenions comment l'esprit se leurre en les prenant pour réellement existants.

Ce chapitre est présenté sur trois stages, le premier ayant eu lieu en mars dernier, et le troisième aura lieu en juillet. Si vous avez des questions concernant le premier stage vous pouvez les poser à l'adresse : [dki.restitution@dhagpo.org](mailto:dki.restitution@dhagpo.org)

Ce stage sera proposé par Zoom (voir la section « Pour vous connecter » ci-dessous)

- Sessions : de 10h à 10h45 et de 11h15 à 12h, puis de 14h à 14h45 et de 15h15 à 16h.
- Nous vous demandons de vous inscrire auprès de l'accueil (voir coordonnées ci-dessous) notamment pour que vous soit envoyé le texte de référence en français.

**Du samedi 17 au mardi 20 avril**

### **Cycle d'enseignements - *Un Chemin de sagesse***

#### **Stage 5 : la méditation**

**Lama Tcheudreun**



Le chapitre précédent abordait une première approche de la méditation, le chapitre 5 que nous allons étudier cette année, traite de la méditation dans une perspective profonde. Lama Jigmé Rinpoché aborde différentes notions telles que la détente, la clarté ou la véritable nature de l'esprit, il explique que « la méditation conduit l'esprit à demeurer dans sa condition naturelle ». Ce stage sera proposé par Zoom (voir la section « Pour vous connecter » ci-dessous).

- Texte nécessaire : *Un Chemin de sagesse*, Jigmé Rinpoché, ed. Rabsel
- Sessions : de 9h30 à 10h30 et de 11h à 12h puis de 14h30 à 15h30 et de 16h à 17h

**Du vendredi 30 avril au dimanche 2 mai**

## **La voie vers l'éveil**

**Thinley Rinpoché**



Thinley Rinpoché continuera la transmission détaillée de *L'Introduction à la conduite des bodhisattvas*, de Shantideva. Nous en sommes au 8<sup>e</sup> chapitre de cet ouvrage qui traite de la méditation.

*L'Introduction à la conduite des bodhisattvas* décrit le développement de la bienveillance et de l'esprit d'éveil. La mise en œuvre de ces qualités fondamentales permet l'accomplissement de notre propre bienfait et de celui des autres, tant sur le plan temporaire que sur le plan définitif.

Thinley Rinpoché a reçu différentes transmissions de philosophie bouddhique et de méditation, de la part de nombreux maîtres qualifiés. Son enseignement, en français, nous communique d'une manière simple et accessible la profondeur de la pensée bouddhique.

Cet enseignement sera **transmis par YouTube du vendredi 30 avril au dimanche 2 mai 2021**, avec 2 sessions par jour, l'une à 10h et la suivante à 14h (voir la section « Pour vous connecter » ci-dessous).

**Du vendredi 7 au dimanche 9 mai**

## **Méditation et émotions**

**Lama Jean-Guy**



Les mouvements émotionnels nous agitent en permanence générant désagréments pour autrui comme pour nous-mêmes. La méditation bouddhique constitue un moyen de clarifier l'esprit, nous amenant progressivement à connaître plus de détente et d'ouverture. Grâce à elle, nous portons un regard de plus en plus lucide sur nous-mêmes. Ainsi, nous pouvons mieux comprendre nos émotions, nous libérer de leur influence et générer une conduite plus harmonieuse. Cette retraite alterne instructions, échanges et sessions de méditation guidée.

Ce stage sera proposé par Zoom (voir la section « Pour vous connecter » ci-dessous).

- Sessions : de 9h30 à 10h30 et de 11h à 12h puis de 14h30 à 15h30 et de 16h à 17h

**Du samedi 12 au lundi 14 juin**

## **L'entraînement de l'esprit – Lodjong**

**Lama Dordjé Puntso**



Lodjong signifie « entraînement de l'esprit ». Cet enseignement détaille l'aspect relatif et l'aspect ultime de l'esprit d'éveil. Il donne les moyens de dissiper la saisie égocentrée et de développer une bienveillance authentique en faisant de toute situation une occasion de progresser sur le chemin vers l'éveil.

Ce stage sera proposé par Zoom (voir la section « Pour vous connecter » ci-dessous).

- Texte nécessaire : texte de pratique *Le Précieux cœur*
- Texte de référence : *Lo Djong, la voie vers l'éveil*, Shamar Rinpoché
- Sessions : de 9h30 à 10h30 et de 11h à 12h puis de 14h30 à 15h30 et de 16h à 17h

---

## INTRODUCTION À LA MÉDITATION

---

Un après-midi par mois

- **Dimanche 25 avril**
- **Dimanche 16 mai**
- **Dimanche 6 juin**

De 14h30 à 16h.

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 retrouver stabilité et clarté sur le coussin comme dans les situations de la vie quotidienne.

Cet après-midi sera proposé par Zoom (voir la section « Pour vous connecter » ci-dessous)

---

## JOURNÉES DE PRATIQUE

---

### Tchenrézi

Pratique du Bouddha de la compassion

Une journée par mois

- **Samedi 10 avril**
- **Dimanche 30 mai**
- **Samedi 26 juin**

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

Ces journées vous seront proposées via YouTube. Elles sont ouvertes en présentiel aux pratiquants résidant aux alentours de Kundreul Ling.

**Pour les pratiques régulières se référer au site de Kundreul Ling, [onglet « Rituels mensuels »](#)**

---

## 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.

## Faire une offrande pour un stage

Si vous souhaitez faire un don pour les enseignements proposés, vous pouvez le faire soit :

### Par virement

[Cliquer ici pour télécharger le RIB](#)

### Par chèque

À l'adresse suivante : Comptabilité  
Kundreul Ling - Le Bost - 63640 BIOLLET  
À l'ordre de KTL NORBOU

Nous vous demandons de bien vouloir préciser le stage qui fait l'objet de votre don dans le libellé de votre virement ou par courrier joint au chèque.

Par ailleurs, veuillez noter que dans ce cas particulier, votre don ne pourra faire l'objet d'un reçu fiscal.

## 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 »](#).

## 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

## NOS COORDONNÉES

### Accueil général

Le Bost – 63640 Biollet  
Tél. : 04 73 52 24 34  
[ktl.contact@dhagpo.org](mailto:ktl.contact@dhagpo.org)

### Accueil Laussedat

Tél. : 04 73 52 20 92  
[ktl.laussedat@dhagpo.org](mailto:ktl.laussedat@dhagpo.org)



[www.facebook.com/DhagpoKundreulLing](https://www.facebook.com/DhagpoKundreulLing)

[www.dhagpo-kundreul.org](http://www.dhagpo-kundreul.org)