

RETRAITE VAJRAYANA DE CINQ JOURS

CYCLE DE 10 ANS

Enseignement en anglais par Lama Tilmann Lhundrup
(uniquement en ligne !)

Toujours du 2 au 6 janvier
(à partir de janvier 2025)

Ce cycle de 10 ans donne une introduction générale à la pratique tantrique bouddhiste. Nous utilisons comme base des pratiques relativement simples comme le *Śākyamūni Guru Yoga*, *Vajrasattva* des préliminaires du Mahāmudrā, ou diverses pratiques d'*Avalokiteśvara*.

Elles seront expliquées et pratiquées ensemble selon les instructions de Karma Chakmé Rinpoché dans son "Dharma de la montagne" et d'autres commentaires (comme ceux des 9ème et 15ème Karmapa), qui présentent une compréhension progressivement approfondie de l'approche tantrique.

D'autres sources, comme Jamgon Kongtrul Lodrö Thaye, seront également utilisées. Avec leur aide, nous avançons pas à pas dans les quatre niveaux du tantra bouddhiste –Kṛīya, Caryā, Yoga et Anuttarayoga– et développons une compréhension de base de chaque niveau.

Remarque : ce cycle ne peut être suivi que par des pratiquants ayant reçu l'initiation (empowerment) d'Avalokiteśvara (Chenrezig), de Vajrasattva et d'un Guru Yoga tel que Karmapa, Milarepa ou Guru Rinpoché. Tara, Amitabha et le Bouddha de la médecine sont également recommandés, mais pas nécessaires.

→ Pour commencer, la première année (janvier 2025), il suffit d'avoir reçu une initiation d'Avalokiteśvara, et avoir foi en cette pratique suffit pour participer.

→ Le cours n'aura lieu que dans la deuxième partie de la journée, afin que les amis du Dharma du Brésil, des États-Unis, du Canada, etc. puissent s'y joindre.

HORAIRES JOURNALIERS (HEURE D'HIVER FRANÇAISE)

13h00 – Enseignement

15h00 – Pratique en groupe

17h00 – Enseignement, questions et réponses

19h00 – Pratique en groupe