

Reconnaître le Bouddha en soi
Enseignements sur la pratique de TARA BLANCHE
Enseignements par Yongey Mingyur Rinpoché
Allemagne
Du 3 au 6 Septembre 2019

Ouverture des inscriptions vers février.

La voie du Vajrayana offre de nombreuses méthodes puissantes pour nous aider à reconnaître notre nature éveillée. Les pratiques de la phase de développement permettent cette reconnaissance en utilisant le pouvoir de l'imagination. Dans cette forme de pratique, nous nous voyons comme un bouddha pleinement éveillé, entouré d'autres êtres éveillés et habitant un champ pur. Ce processus sape l'habitude de nous voir nous-mêmes et le monde comme impurs et ouvre notre esprit à la vision de la richesse et de la beauté du monde.

Dans le Chemin de la libération, au niveau 5, Mingyur Rinpoché enseigne une étape importante du processus de la phase de développement fondé sur Tara Blanche. Celle-ci représente les qualités féminines du cœur de l'Eveil. Rinpoché offrira des instructions et des transmissions importantes pour cette pratique, y compris des instructions avancées sur la nature de l'esprit et des conseils pour travailler avec la visualisation et la récitation de mantra dans la pratique de la méditation.

Le programme journalier comprendra des sessions d'enseignement avec Mingyur Rinpoché ainsi que six à huit heures de méditation par jour (pratiquées lors de séances de vingt à trente minutes). La retraite comprendra également des périodes de silence, des discussions de groupe et des entretiens individuels avec des lamas et des instructeurs Tergar.

Conditions préalables

Parce que ces enseignements et ces pratiques s'appuient les unes sur les autres et renforcent notre expérience et notre compréhension, il existe des prérequis avant de pouvoir suivre ce niveau d'enseignement.

Le niveau 5, « Reconnaître le Bouddha en soi » est ouvert aux personnes qui ont pleinement satisfait aux exigences de la pratique du Chemin de la Libération, du niveau 1 à 4. (Voir pages 4 et 5 de Qu'est-ce que le Chemin de la libération ?)

Questions par rapport aux prérequis ?

Si vous avez des questions sur la transmission à laquelle vous pouvez participer, ou si vous pratiquez une version antérieure du chemin de Rinpoché et souhaitez voir comment votre pratique s'intègre à l'actuel Chemin de la Libération, veuillez envoyer un courriel en anglais à **study@tergar.org**.

À propos de Yongey Mingyur Rinpoché

Yongey Mingyur Rinpoché est un enseignant de méditation du bouddhiste tibétain très apprécié et accompli. Avec une capacité rare à présenter la sagesse ancienne du Tibet d'une manière nouvelle et captivante. Les enseignements profonds et le sens de l'humour enjoué de Rinpoché ont séduit de nombreux étudiants du monde entier.

Son premier livre, **Le bonheur de la méditation**, qui permet de découvrir le secret et la science du bonheur a fait partie de la liste des best-sellers du New York Times et a été traduit dans plus de vingt langues. Début juin 2011, Mingyur Rinpoché est sorti de son monastère à Bodh-Gayâ, en Inde et a commencé une « retraite errante » à travers l'Himalaya et les plaines indiennes, qui a duré quatre ans et demi. Lorsqu'il n'est pas présent dans les monastères dont il s'occupe en Inde et au Népal, Rinpoché voyage et enseigne chaque année dans le monde entier. [*En savoir plus...*](#)

Des détails supplémentaires sur les coûts, l'hébergement, etc. sont à venir.