

Exploration de la nature de l'esprit : Reconnaître la conscience pure
Chemin de la libération niveau 1 et 2
Enseignements par Yongey Mingyur Rinpoché
Allemagne
24-29 Août, 2019

Ouverture des inscriptions vers février.

La véritable liberté de l'esprit est quelque chose que nous pouvons découvrir par nous-mêmes grâce à la pratique de la méditation. Dans le bouddhisme tibétain, le moyen le plus direct et le plus puissant d'expérimenter cette liberté intérieure consiste à explorer la nature de la conscience, un parcours qui nous met en contact avec une source d'équanimité, de sagesse et de compassion à laquelle nous pouvons accéder à tout moment et en tout lieu.

Cette retraite "Chemin de la libération" présente une opportunité particulièrement rare de recevoir des enseignements approfondis de Yongey Mingyur Rinpoché sur la nature de l'esprit, tirés du chemin du Mahamoudra, le plus profond enseignement sur la méditation de l'école de bouddhisme tibétain Kagyu.

Niveau 1 & 2 : Reconnaître la conscience pure

Cette série d'enseignements présente la lignée unique de la pratique sur la nature de l'esprit enseignée par Mingyur Rinpoché et inclut les instructions pour le premier et deuxième niveau du Chemin de la libération - le chemin de la pratique bouddhiste formelle pour ceux qui souhaitent être formés sous la direction de Mingyur Rinpoché. Rinpoché offrira la première et la deuxième « instruction directe » de la lignée du Mahamoudra. Ces instructions nous amènent à faire l'expérience directe de la nature de l'esprit. Cette série comprend aussi les autres transmissions nécessaires pour commencer la pratique du Chemin de libération, comme les vœux du refuge, l'initiation de Vajrasattva et les transmissions pour le Nectar de la Voie et les pratiques préliminaires du Ngondro.

Les niveaux 1 et 2 de « Reconnaître la conscience » sont ouverts à toute personne répondant **au moins à un** des critères suivants :

- Avoir reçu les trois niveaux de la Joie de Vivre, Apaiser l'esprit (niveau 1), Ouvrir le cœur (niveau 2) et Éveiller la sagesse (niveau 3), et avoir terminé les pratiques associées.

Ou bien

- Avoir terminé les pratiques préliminaires (4 x 100 000 Ngondro)

Ou bien

- Avoir pratiqué la méditation quotidiennement pendant au moins cinq ans et avoir participé à des retraites de groupe ou solitaires (avec au moins 6 heures de pratique de méditation formelle chaque jour) sous la direction d'un enseignant bouddhiste pendant au moins trente jours, en tout.

Questions sur les prérequis ?

Si vous avez des questions sur la transmission à laquelle vous pouvez participer, ou si vous pratiquez une version antérieure du chemin de la libération 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.

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 de Tergar.

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 une vingtaine de langues.

Début juin 2011, Mingyur Rinpoché a quitté son monastère de Bodh-Gayâ, en Inde, pour commencer une retraite « itinérante » à travers l'Himalaya et les plaines indiennes, qui a duré quatre ans et demi.

Rinpoché est responsable de plusieurs monastères en Inde et au Népal et se déplace chaque année pour enseigner dans le monde entier. [Lire la suite...](#)

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