

En parallèle

Programmes qu'on peut faire en parallèle tout au long de la Voie de Shambhala I et II.

Retraites en centres résidentiels

Retraite de la Sangha et Monde éveillé

sont des programmes tous publics enseignés par le Sakyong Mipham Rinpoché et des Acharyas.

Dathün

Retraite d'un mois centrée sur la pratique de la méditation assise que viennent compléter l'étude des enseignements, la pratique du silence et du repas en pleine conscience (oryoki). Ouvert à tous les pratiquants, sur recommandation de l'instructeur de méditation ou d'un enseignant.

Retraites communautaires et retraites solitaires

Enseignements

Programmes d'Art dharma, Psychologie contemplative, Introduction à la méditation en action, etc.

Des cours de l'Ecole Shambhala bouddhiste sont proposés parallèlement à ce cursus, pour que ceux qui le souhaitent, puissent approfondir certaines notions bouddhistes : "karma", "non-ego", "compassion", etc.

Vœux

Vœu de refuge

Les personnes qui souhaitent marquer de façon formelle leur entrée sur le chemin bouddhiste peuvent demander à prendre leurs vœux de refuge à l'occasion de programmes enseignés par un Acharya. Contacter un instructeur de méditation. Le week-end d'enseignement intitulé "Les trois joyaux" est recommandé dans le cadre de cette démarche.

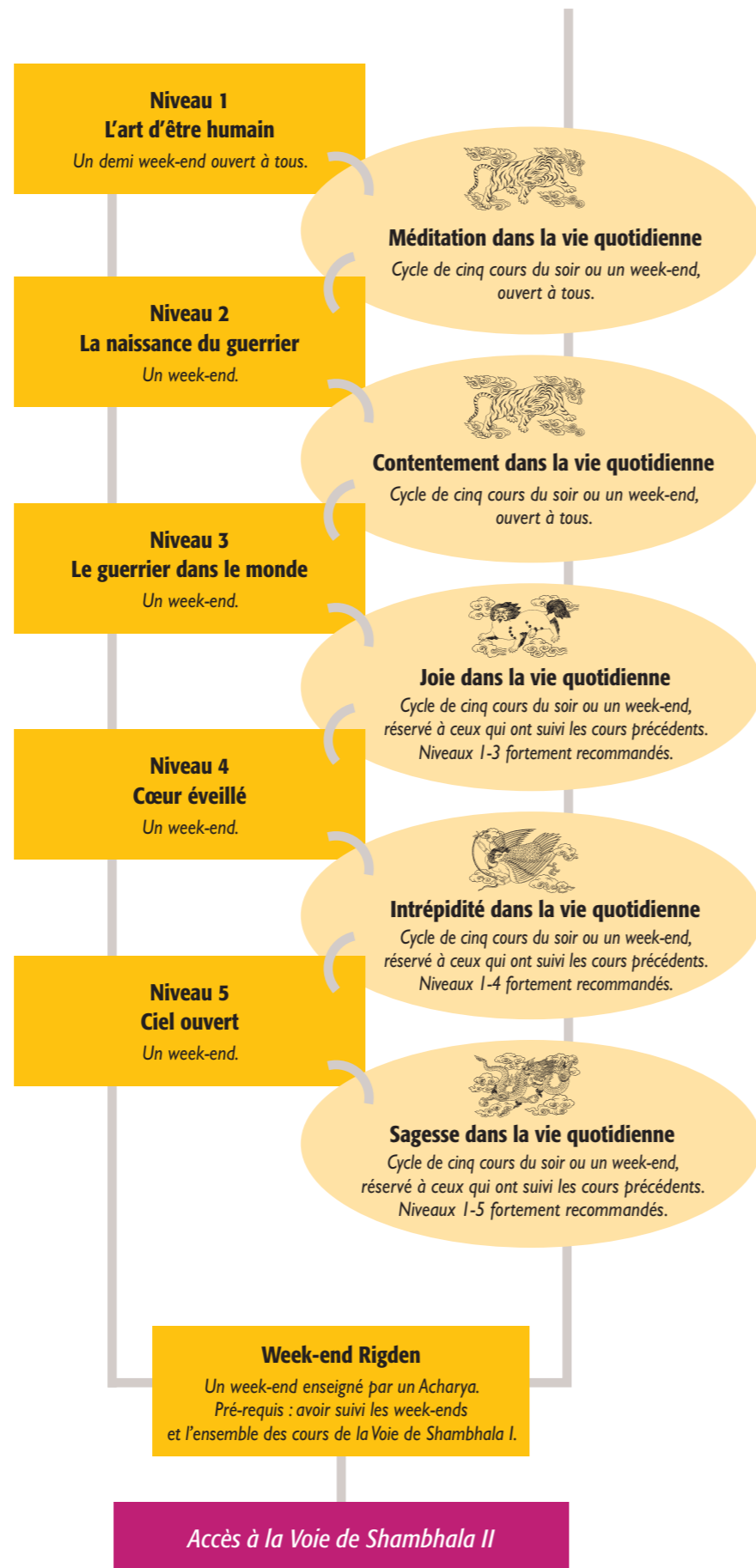
Vœu de bodhisattva

Pré-requis : vœu de refuge depuis au moins six mois, entretien préalable avec votre instructeur de méditation.

Formations

Guides, instructeurs de méditation, enseignants, etc.

① La Voie de Shambhala I



② La Voie de Shambhala II



③ La Voie Vajrayana

