

Retraite de Yamantaka



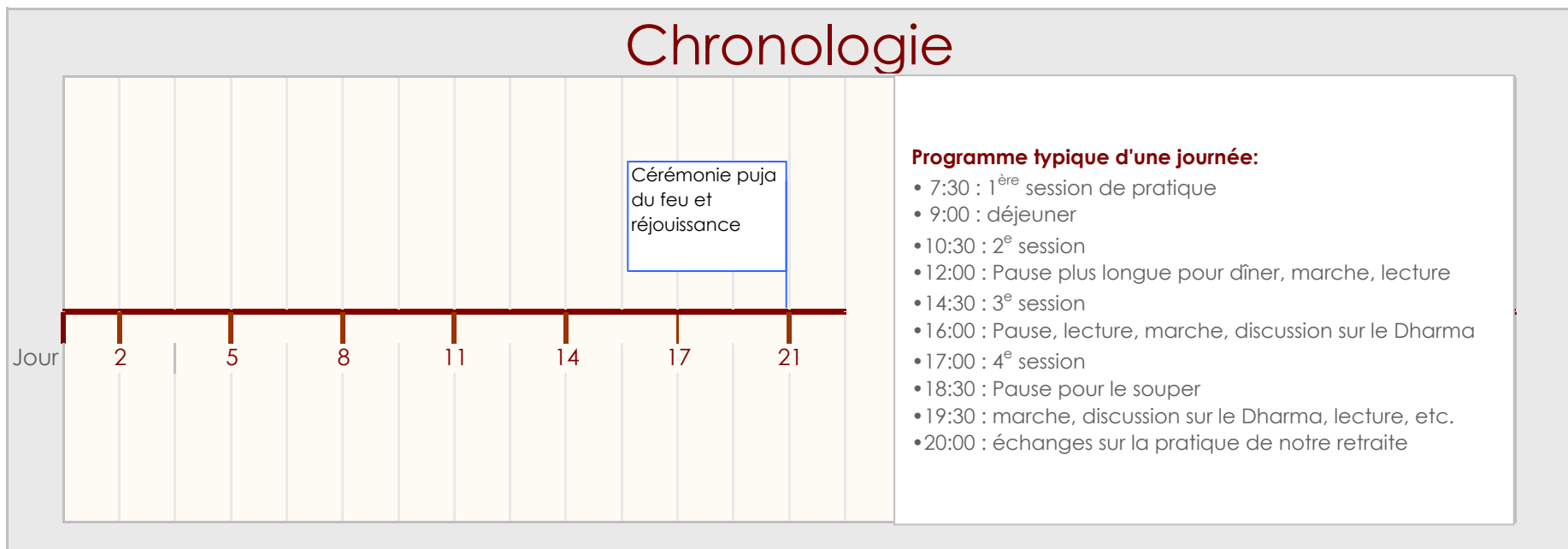
La retraite de Yamantaka sera centrée sur la pratique quotidienne de l'Anuttara Yoga tantra de Yamantaka.

Le résultat recherché sera d'atteindre la réalisation de l'étape de génération du tantra .

La pratique des quatre "gneundros" (préparations ou pratiques préliminaires) sont nécessaires à la base ainsi que l'initiation majeure subséquente de Yamantaka. Les quatre gneundros sont le refuge, la bodhicitta, la purification de Vajrasattva et le guru-yoga.

La retraite est séparée en sections d'une semaine chacune. Chaque jour il y aura quatre sessions de pratiques.

Nous recevrons les conseils et instructions de Lama Samten.



Instructions relatives à la retraite:

- Deux bénévoles feront la cuisine en alternance.
- Apportez avec vous des textes à lire à votre choix sur des sujets portant sur le tantra. Si vous avez des histoires de grands maîtres (Milarepa, Lama Tsong Khapa, etc.), apportez-les. Apportez aussi avec vous: cloche et vajra, mandala, mala, couverture, coussin, vêtements et objets d'hygiène personnel et autres selon vos besoins.
- L'arrivée des retraitants se fera la veille au soir.