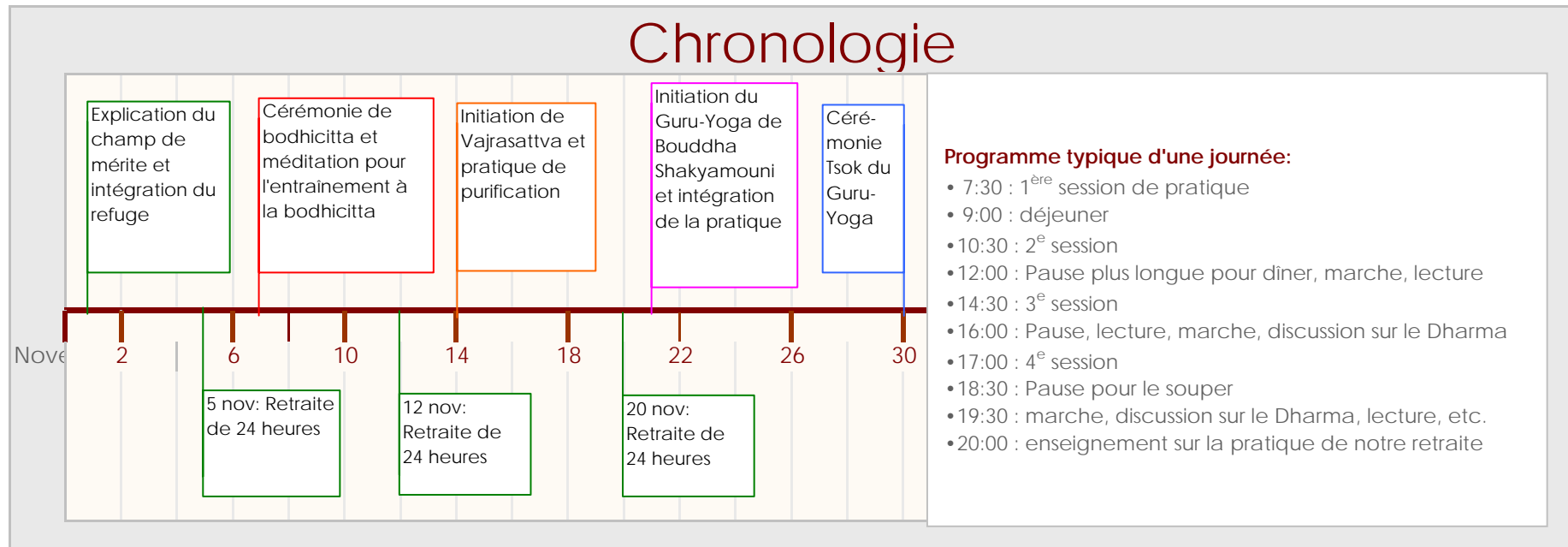


Retraite de novembre 2006



La retraite de novembre 2006 sera centrée principalement sur la purification par la pratique matinale quotidienne de Vajrasattva. Le résultat recherché sera d'atteindre les trois principaux aspects du chemin (renonciation, bodhicitta et sagesse réalisée) de façon à avoir la base du chemin pour recevoir les initiations tantriques de l'Anuttara Yoga. Pour cela, les pratiques de base sont nécessaires de même que la pratique des quatre "gneundro" (préparations ou pratiques préliminaires). Les quatre "gneundro" sont : le refuge, la bodhicitta, la purification de Vajrasattva et le guru-yoga.

La retraite d'un mois est séparée en quatre sections d'une semaine chacune. Chaque jour il y aura quatre sessions de pratiques. Entre chaque session, chacun sera invité à pratiquer les "gneundro" selon son propre niveau d'avancement et à accumuler des pratiques de méditation. De temps en temps, nous recevrons les conseils et initiations de Guéshé Lobsang Tenpa. Chaque session de pratique sera animée par Lama Samten.



Instructions relatives à la retraite:

- Deux personnes seront assignées à la cuisine et à la liste d'épicerie pour chaque période de 5 jours.
- Apportez avec vous des textes à lire: Lam Rim, La marche vers l'éveil, La voie de la lumière, la Vie de Milarépa, Sur les traces de Siddharta, etc. De temps en temps nous regarderons un vidéo d'enseignement du Dalai Lama. 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 le 1^{er} novembre. Il est possible d'arriver le 31 octobre au soir pour préparer la place.