



Hayagriwa

Hayagriwa est une forme courroucée de Tchenrézi.

La forme courroucée symbolise la manière de trancher nos tendances négatives afin de purifier notre esprit.

Hayagriwa contrôle l'univers et libère les êtres par la puissance de sa compassion. Il chasse les démons extérieurs et intérieurs.

Sa pratique est très puissante

Rinpoché guidera la pratique et approfondira les enseignements.



Gyétrul Jigme Rinpoché

Gyétrul Jigmé Rinpoché est un maître de la jeune génération du bouddhisme Tibétain. Il appartient aux lignées Nyingma et Drukpa Kagyu.

Né en Inde, il fut reconnu comme l'incarnation du grand maître Péma Lingpa. Instruit par les plus grands maîtres tibétains. Son père Namkhar Drimé Rabjam Rinpoché, un tertön vivant, est un de Ses maîtres. Rinpoché est également détenteur de la lignée Ripa.

Gyétrul Jigmé Rinpoché enseigne une sagesse millénaire adaptée à notre monde moderne. Il vient régulièrement en Europe, invité par les associations Padma Ling, donner des conférences et des cycles d'enseignements, ce qui assure le soutien nécessaire au développement spirituel de chacun.

Rinpoché enseigne en anglais, une traduction est effectuée simultanément en français.

Toute personne intéressée par ces activités est la bienvenue.



Tchenrézi

Retraite du 10 août au 20 août 2009

du 10 au 15 août :

Nyoungné

Pratiques de jeûne

du 15 au 20 août :

Hayagriwa

Approfondissement

Domaine de Fondjouan
Mur de Sologne, près de Blois.

Information sur padma.ling.net

Inscriptions à envoyer à :
Padma Ling : 71 Bd V Hugo
92200 Neuilly-sur-Seine France
Tél : 06 83 79 33 89 et 01 47 69 10 83

Nyoungné

Rituel de Jeûne du Noble Tchenrezi

Tchenrezi (tib) **Avalokiteshvara** (sanskrit)

Tchenrezi, c'est « le Seigneur qui observe », c'est « le Seigneur qui regarde d'en haut », c'est « le Seigneur de ceux qui sont pris en considération », Tchenrezi est le grand bodhisattva qui personnifie la compassion, c'est le plus vénéré et le plus populaire du bouddhisme tibétain.

C'est la compassion absolue et spontanée.

Om mani padma hûm

Préparation recommandée pour les Nyoungné :

Pour ceux qui consomment viande, alcool, tabac, il faut réduire sérieusement les quantités au moins deux semaines avant la retraite.

Et pour les autres il faut réduire la quantité d'alimentation, également deux semaines avant la retraite.

Pendant la retraite, nous consommerons surtout des aliments doux et paisibles, Il est recommandé de veiller à notre hygiène corporelle, de porter des vêtements toujours bien propres, et de préférence en coton et de couleur claire. (éviter de porter du cuir)



Pratique du jeûne, du silence et méditation de la compassion

« Il y a maintenant plus de mille ans, dans le royaume d'Odiyana, naquit une princesse. Sa naissance fut accompagnée de signes miraculeux.

Sa renommée, les rumeurs relatives à sa beauté ne tardèrent pas à se répandre au-delà des frontières du royaume. Elles attirèrent de nombreux prétendants, venus demander sa main.

Mais la princesse avait perdu toute illusion quant au bonheur transitoire. En quête du véritable sens de la vie, elle quitta le royaume et se fit nonne.

Très vite atteinte par la lèpre, elle fut défigurée et devint impotente. Tandis qu'elle traversait cette période particulièrement sombre de sa vie, elle entendit une voix intérieure qui lui conseillait d'aller sur une montagne sacrée de Tchenrezi. Elle s'y rendit. Lorsqu'elle y fut parvenue, elle décida de demeurer assise sur son siège sans en bouger, tant qu'elle ne serait pas guérie de sa maladie karmique.

Seule, environnée par une nature sauvage, elle entra dans une période de jeûne, de silence, et d'intense et profonde méditation.

Très vite, sa foi inébranlable et sa persévérance lui permirent de transformer sa souffrance en une source de force et d'inspiration. Elle libéra son corps de la maladie et son esprit de ses perturbations. Elle réalisa ainsi Tchenrezi, le Bouddha de la Compassion.

Elle consacra alors sa vie aux pauvres et aux malades. Sa renommée se répandit au-delà des frontières du Tibet. Elle fut alors connue sous le nom de Nonne Palmo – la Sainte Mère.

Ainsi débuta la tradition des Nyoungné, aujourd'hui pratiquée dans toutes les écoles du bouddhisme tibétain.

Au Tibet, dans les monastères de Ripa, il était d'usage de pratiquer les Nyoungné durant 8 paires blanches, c'est-à-dire 16 jours entiers. Certains pratiquants le faisaient même durant 15 paires blanches. En exil, cette tradition se poursuivit, au Népal et dans le Monastère Ripa d'Orissa, tout d'abord sous la direction d'Azin Rinpoché puis, depuis son décès, sous celle de Jigmé Rinpoché, qui dirige aujourd'hui les Nyoungné durant le mois saint de Saga Dawa.

Ouverte à tous, cette pratique constitue un élément essentiel de l'engagement spirituel de la communauté laïque.

Pour la première fois, Rinpoché dirigera cette pratique des Nyoungné en Europe. C'est donc une chance à ne pas manquer ! Dans un monde où les conflits, les maladies et les souffrances sont en augmentation constante, la pratique des Nyoungné de Tchenrezi, le Bouddha de la Compassion, représente sans aucun doute une source de guérison et de bonheur qui, en outre, s'adresse à tous.

Cette pratique comporte cinq vœux racines et trois vœux supplémentaires, qu'il est bon d'observer durant toute la durée des Nyoungné.

Les cinq vœux sont les suivants : ne pas mentir, ne pas voler, ne pas tuer, ne pas s'adonner à la sexualité, ne pas boire d'alcool.

Les trois vœux supplémentaires sont : rester humble (ne pas s'asseoir sur un siège élevé), ne pas se parer d'ornements (afin de ne pas donner cours à la vanité), jeûner »

Gyétrul Jigmé Rinpoché