



Libre

version imprimable 

Si le bulletin n'apparaît pas correctement à votre écran, vous pouvez cliquer sur ce lien :

http://www.meditation-montpellier.org/documents/bulletin_mai.html

Etre libre, ça doit bien être possible.

Etre libre de soucis, de peurs et de manques. Etre libre pour penser de la bonne manière, avec souplesse et aisance, sans faire trop d'erreurs. Etre libre de préjugés, de pressions, d'avis confus. Etre libre de l'intox, des carcans et des carcans. Etre libre des mensonges, des interférences et des mauvaises influences. Etre libre de se construire intérieurement, pour laisser son cœur s'envoler, vers ce qui vaut la peine, vers ce qui a du sens et nous sauve, et qui nous appartient pour toujours.

Bouddha nous veut libre, et nous donne la méthode ainsi que la sagesse nécessaires à cette liberté.

Parce que nos pensées conceptuelles sont souvent synonymes de « prise de tête », nous croyons que cette liberté passera par l'absence de toute pensée. Or l'absence de pensées ne peut pas nous construire, elle peut simplement nous reposer un moment. Tout au long de la voie, nous avons besoin de développer nos pensées conceptuelles, celles qui justement vont nous libérer de nos obstacles intérieurs, de nos raideurs mentales, de tout notre surcharge de pensées inutiles et encombrantes.

Oui, être libre ça doit bien être possible, en apprenant à choisir nos états d'esprit, à faire le tri. Et c'est tellement nécessaire dans un monde où nous sommes sur-stimulés par l'information, la pub, le net, au point où les objets de nos pensées s'entrechoquent continuellement pour ne donner comme résultat qu'une immense saturation-fatigue-frustration. Etre libre, c'est savoir déposer son fardeau.

Voici dans ce bulletin quelques informations que nous souhaitons utiles à votre liberté.

le centre Vajrasattva.

à télécharger : [Le calendrier de Mai](#)

Lumière sur les bouddhas

Arya Tara



Arya Tara, ou 'Libératrice supérieure', est un Bouddha féminin qui est la manifestation de l'élément vent de tous les bouddhas. C'est pour cela que si nous nous en remettons à Tara avec une grande foi, elle nous protégera de tous les dangers et de toutes les peurs, nous accordera ses bénédictions et exaucera tous nos souhaits. Elle est aussi la manifestation de la sagesse ultime de tous les bouddhas. Elle est par conséquent appelée la "Mère éveillée des conquérants".

En particulier, Arya Tara a une connexion proche avec ceux qui pratiquent avec sincérité le Lamrim Kadam - les étapes de la voie de l'illumination. Comme elle l'a promis à Atisha, le fondateur du Lamrim Kadam, ils recevront son attention, sa protection et ses bénédictions spéciales tout au long de leur vie, et vie après vie.

En faisant des prières et des requêtes à notre Mère Tara, le bouddha féminin de la sagesse et de la compassion active, nous faisons grandir notre courage exempt de peur et notre sagesse rapide, nous venons sous sa protection et recevons ses soins attentifs.

Son corps de couleur verte symbolise le fait qu'elle est l'élément vent complètement purifié de tous les bouddhas, et qu'elle peut répondre rapidement aux prières de ceux qui sont en difficulté.

Vie après vie, Tara s'est manifestée sous une forme féminine pour montrer que l'illumination peut être atteinte aussi bien par les femmes que par les hommes.

Sortir de la culpabilité de n'avoir pas pu aider

Dimanche 9 mai de 18h à 20h

Enseignement sur la manière de se libérer de la culpabilité de n'avoir pas pu aider une personne aimée. Savoir accepter nos erreurs ou notre incapacité à libérer l'autre de sa douleur est une attitude essentielle pour se sortir de la paralysie de la culpabilité. C'est aussi une attitude essentielle pour ne plus avoir peur d'aider les autres.

Un vent de sagesse

Transmission de pouvoir de Bouddha Tara et commentaires

Du samedi 5 juin au dimanche 6 juin

horaires :

Samedi de **9h30 à 18h**

Dimanche de **9h à 17h**

Participation souhaitée : samedi 40 euros, dimanche 30 euros

Personne n'est refusé pour manque d'argent

Le bulletin d'inscription sera très prochainement disponible à [cette adresse](#)

Pratique de Tara en 6 séances

Le lundi 7

Séances à : 12h - 16h - 20h - 00h

et mardi 8 juin

Séances à : 04h - 08h

Festivals internationaux :

Festival de **printemps** à Mandjoushri, du vendredi 28 au lundi 31 mai - tous les détails en cliquant [ICI](#)

Festival d'**été** à Mandjoushri, du 23 juillet au 7 août - tous les détails en cliquant [ICI](#)

Festival d'**automne** au Brésil, du 22 au 29 octobre



Ce festival sera pour les bouddhistes du monde entier une occasion joyeuses de se rassembler, à la fois pour inaugurer le nouveau temple Kadampa du Brésil et aussi pour recevoir les conseils spirituels directement de l'enseignant bouddhiste pleinement réalisé, vénérable Guéshé Kelsang Gyatso.

Les inscriptions sont maintenant ouvertes !

Vous trouverez tous les renseignements à cette adresse :

<http://kadampafestivals.org/fr/fall/>

N'hésitez pas à vous faire aider pour préparer votre voyage !

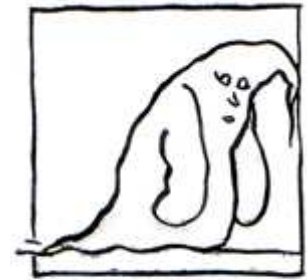
Enseignements

Programme général

Les enseignements portent sur la première partie de *Comprendre l'esprit* jusqu'à la fin du semestre.

Vous pouvez consulter les dates et le programme des enseignements en cliquant ci-après sur votre ville :

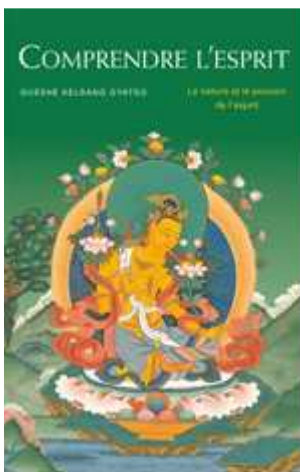
[Nîmes](#) - [Montpellier](#)



Esprit es-tu las ?

Livre

Comprendre l'esprit



Ce livre nous immerge dans la nature et les fonctions de l'esprit humain. La première partie explique en détail les différents types d'esprit. Elle nous révèle l'étendue et la profondeur de la compréhension de la psychologie humaine dans le bouddhisme et nous explique comment cette compréhension peut être utilisée pour améliorer notre vie.

La deuxième partie est un guide pratique qui nous permet de développer et de maintenir un esprit léger et positif. Elle nous montre comment reconnaître et abandonner les états d'esprit qui nous font du mal, pour les remplacer par des états d'esprit paisibles et bénéfiques. Nous serons inspirés par cette découverte et comprendrons que nous pouvons atteindre un bonheur durable, quelles que soient les conditions extérieures.

Les objets symboliques

Le mala

Rosaire utilisé pour compter les récitations de prières ou de mantras. Il comporte généralement cent huit perles.

De nombreux Tibétains ont fait l'expérience du pouvoir spirituel des malas de pratiquants purs. Quand eux ou leurs enfants sont affligés par des esprits malfaisants, ils vont voir des pratiquants purs qui guérissent le malade avec l'action guérissante qui consiste à toucher le sommet de leur tête avec un mala béni et à prier pour leur bien-être. Grâce aux pouvoirs de telles actions, de nombreuses personnes ont reçu un réel bienfait.

Ainsi, Guéshé Palden utilisa son mala béni pour guérir Gueshé Kelsang Gyatso lorsqu'il était jeune.



Information

La balade initialement prévue le 16 mai est reportée au dimanche 13 juin. Les informations vous seront détaillées dans le prochain bulletin.

Témoignage

Rencontre avec les bouddhas



Il y a une dizaine d'années, j'avais cherché un centre bouddhiste mais rien ne s'était produit et j'ai continué à vivre sans cette pratique. Depuis deux ans environ, je suis confrontée à la souffrance et à la peur de mourir. Je me suis interrogée sur le sens de ma vie et sur cette chose inexorable qui sans doute va m'arriver.

Je crois que c'est grâce à ce passage que j'ai été motivée pour m'engager spirituellement. Cette conviction m'a menée vers le centre Vajravarahi.

Après avoir reçu des enseignements concernant « l'introduction au Bouddhisme », j'ai compris que je pouvais avoir la possibilité de me libérer de toutes mes souffrances pour un bonheur durable.

Ma rencontre avec Bouddha Maitreya a été quelque chose de fantastique et je crois encore en recevoir ses bienfaits.

Bouddha Vajrasattva est venu purifier l'impureté de mon esprit. J'ai compris que c'était dans mon esprit que se trouvaient les véritables sources de toutes mes souffrances. Avec les enseignements sur « comprendre l'esprit » qui nous sont donnés en ce moment, j'espère avancer sur la voie de la paix. Je sais que le chemin est long et que les progrès ne se produisent pas sans effort. Il me faut être persévérante et sereine.

Par une pratique quotidienne, je vise la sagesse et la compassion pour moi-même et les autres. Je veille à être une bonne personne pour tous les êtres.

Depuis six mois, ma spontanéité et mon authenticité se sont renforcées, j'ai d'ailleurs accepté de m'investir pour mon centre afin de venir en aide aux autres

Je ne veux pas perdre le temps qu'il me reste. Il est si précieux pour que j'en fasse quelque chose de bien. Je pense qu'avec Bouddha, le dharma et la sangha, je pourrai atteindre et faire le bonheur autour de moi. Je compte aussi sur la force spirituelle de Bouddha Vajrapani.

Régine



Centre Bouddhiste Kadampa Vajrasattva - 20, rue du carré du roi - 34000 Montpellier

tél : **04.67.03.03.62** - e-mail: info@meditation-montpellier.org

Le Centre Bouddhiste Kadampa Vajrasattva est membre de la Nouvelle Tradition Kadampa - l'Union Internationale du Bouddhisme Kadampa