

LIEU DE L'ENSEIGNEMENT

ENCLOS REY
57 rue Violet
75015 PARIS

Contact pour un hébergement sur place

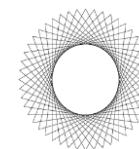
enclosrey@cheminsdesperance.org



SOI ET NON SOI

Selon les principes de sagesse universels du bouddhisme tibétain

Avec GENEVIEVE HAMELET



Unity in Duality

RENSEIGNEMENTS

François BAUDINAUD - 06 95 33 22 50

tif@tarab-institute.fr

TARAB INSTITUTE FRANCE

Paris, 11 et 12 Mai 2019

Nouveau cycle en 2020

Tarab Tulku Rinpoche



Eminent érudit du bouddhisme tibétain, Tarab Tulku Rinpoche a vécu et enseigné en Occident pendant plus de 30 ans.

Il a élaboré et développé le cycle d'enseignement UD «Unité dans la Dualité» en s'appuyant sur la tradition philosophique indienne bouddhique dont il a extrait les éléments les plus pertinents pour :

- **accéder à une compréhension profonde de l'expérience que nous faisons de la réalité**, à partir des mécanismes de fonctionnement du mental et de l'interaction avec le corps
- **nous transmettre des outils de transformation personnelle et des pratiques méditatives adaptées** pour développer une plus grande harmonie dans nos vies

Cet enseignement laïque, clair et accessible est conçu sous la forme d'un cycle de 4 ans d'études et de pratiques, conjuguant de façon unique philosophie et méditation, pour les rendre pleinement utiles et applicables au quotidien, tant pour nous-mêmes que dans notre relation à autrui.

Lene Handberg



Directrice des enseignements, Lene Handberg fut la plus proche collaboratrice de Tarab Tulku Rinpoche., avec qui elle a étudié pendant plus de 25 ans.

Elle a développé en collaboration avec lui le programme de Développement Personnel U.D. et le cadre d'application de cette approche à la psychothérapie et à la relation d'aide en général.

Elle a assisté Tarab Tulku Rinpoche dans ses enseignements.

En septembre 2004, Tarab Tulku Rinpoche lui a demandé, avant de quitter son corps, de prendre sa suite dans l'enseignement des programmes Unité dans la Dualité. **Elle continue à enseigner cette approche depuis une quinzaine d'années dans de nombreux pays d'Europe ainsi qu'en Asie.**

Psychothérapeute, elle a étudié la psychologie et la tibétologie à l'Université de Copenhague et a reçu de Tarab Tulku Rinpoche la distinction de Semrig Thablam Rabjam : Maître en Philosophie - Science de l'Esprit, Développement Personnel et Application Thérapeutique "Unité dans la Dualité" ou U.D.

Les week-ends ouverts à tous permettent d'entrer en contact avec cet enseignement à partir d'un thème spécifique.

Aucune expérience préalable de la méditation n'est requise pour participer.

SOI ET NON SOI

Selon les principes bouddhistes, ce que nous identifions comme étant soi, n'existe pas en lui-même, ni par lui-même, mais ne se manifeste que sur un plan relationnel.

Pour autant, il y a toujours un sentiment de nous au centre de nos expériences, une base ressentie qui, lorsqu'elle est contactée en profondeur, ouvre la possibilité de faire une expérience agréable et harmonieuse de nous-mêmes et du lien à tout ce qui nous entoure.

Durant ce week-end les participants seront amenés, à travers des méditations guidées, à interroger ce à quoi ils s'identifient comme étant soi et à se reconnecter à une base ressentie plus profonde d'eux-mêmes, à partir de laquelle s'ouvre naturellement la possibilité de vivre une réalité plus agréable et harmonieuse.

Ils seront guidés progressivement vers cette profonde compréhension en théorie et en pratique, pour se reconnecter à cette sagesse intérieure, universelle.



Geneviève Hamelet

Geneviève a traduit Tarab Tulku Rinpoche et Lene Handberg depuis 2000 et fait partie du comité pédagogique du Tarab Institute où elle enseigne dans le cycle d'études et de pratiques.

Elle a une formation de Master spécialiste en Sophrologie Caycédienne et étudie le bouddhisme depuis plus de 25 ans, dans le cadre des traditions Vajrayana et Théravada où elle traduit plusieurs enseignants.

Elle est également instructrice MBSR (Programme de Réduction du Stress basée sur la Pleine Conscience) et formatrice d'instructeurs certifiée dans le cadre du «Mindfulness Center @ Brown University». Elle s'est formée également au programme MBCT (Thérapie Cognitive basée sur la Pleine Conscience). Elle participe au développement de la Pleine conscience et de ses applications au sein de l'ADM (Association pour le développement de la Mindfulness) dont elle est co-fondatrice et l'actuelle présidente.

INSCRIPTION AU WEEK-END SOI ET NON SOI – 11 ET 12 MAI 2019

Vous pouvez vous inscrire sur le site tarab-institute.fr ou bien par mail à tif@tarab-institute.fr ou encore en renvoyant le bulletin ci-dessous à Cam Tam NGUYEN, 14 rue du Fief, 92100 BOULOGNE

Nom _____

Prénom _____

Adresse _____

Tél _____

Mail _____

TARIFS

un déjeuner inclus à l'Enclos-Rey, samedi ou dimanche

- Adhésion annuelle obligatoire : 20 € (Couple 30€)
 - Personnes ne suivant pas la formation UD : 160 €
 - Personnes suivant la formation : 140 €
 - Etudiant/chômeur : 120 €
 - Personne ayant déjà suivi la formation : 70 €
 - Couple : 260 €
- Je joins un chèque de €
à l'ordre de Tarab Institute France
- Je souhaite un justificatif