

# SEMINAIRE NONGDRO-MAHAMUDRA

Du 27 août au 4 septembre 2016

Les Fondements du chemin vers l'Éveil  
&

La Voie bouddhiste tibétaine

Sous la direction spirituelle de la Lignée  
de

Son Éminence le IVème Jamgon Kongtrul Rinpoché



AVEC  
LE VÉNÉRABLE DRUPÖN KHENPO LODRO NAMGYAL



**Drupön Khenpo Lodro Namgyal** est le Directeur du cursus supérieur de Philosophie bouddhiste de l'Institut Rigpe Dorje aux Monastères de Pullahari, au Népal et de Kagyu Ling Tekchen, à Lava, en Inde.

Notamment, il est le tuteur personnel d'étude de Philosophie bouddhiste de Son Éminence le IVe Jamgon Kongtrul Rinpoché. Il a accompli le cycle de 9 ans d'étude d'Acharya, avec un titre de maîtrise en Philosophie bouddhiste, à l'Institut Nalanda, au Monastère de Rumtek, siège de S.S. Karmapa hors du Tibet.

Il a étudié sous la direction de Khenpo Tsultrim Gyamtso Rinpoché et Khenchen Thrangu Rinpoché. Après avoir obtenu son diplôme, il a été nommé Khenpo de l'Institut Nalanda où il a enseigné pendant deux ans. Par la suite, il a accompli une retraite de trois ans au Monastère de Pullahari à Kathmandu au Népal, sous la guidance de Khenpo Tsultrim Gyamtso Rinpoché. À la fin de sa première retraite, il a été nommé Drupön (maître de retraite) de Kunzang Dechen Ösel Ling, le Centre de Retraite Mahamoudra du Monastère de Pullahari.

Une profonde érudition associée à une expérience intensive de la méditation et son aisance pour aborder même les sujets les plus complexes et subtiles du Dharma, en les rendant immédiatement accessibles aux étudiants, sont une source constante d'inspiration pour tous.

Le **SÉMINAIRE NONGDRO-MAHAMUDRA** est un cursus continu sur plusieurs années. Il est basé sur les enseignements d'exercices spirituels et de méthodes de méditation et de transformation de l'esprit de la « Voie du Diamant » dite « Vajrayana » selon la tradition de la lignée spirituelle de l'École Kagyu, et plus particulièrement sous la direction spirituelle de la lignée de Son Éminence Jamgon Kongtrul Rinpoché. Les enseignements seront transmis avec la bénédiction et la protection des instructions directes de Maîtres vivants et réalisés et d'enseignants authentiques et reconnus, en étant reliés avec le monde d'aujourd'hui.

**SÉMINAIRE NONGDRO-MAHAMUDRA 2016**  
**Les Fondements du chemin vers l'Éveil & La Voie bouddhiste tibétaine**  
**27 août au 4 septembre 2016**

Le thème de ce premier séminaire « **Les Fondements du chemin vers l'Éveil et la Voie bouddhiste tibétaine** » s'inscrit dans la perspective du Mahamudra, le « Grand Sceau » ou la « Grande Union », la réalisation de l'état lumineux indicible et intemporel de notre nature véritable au-delà de la dualité et de la confusion de notre esprit dual.

Pendant neuf jours le **Vénéérable Drupön Khenpo Lodro Namgyal** enseignera sur les sujets essentiels à l'introduction aux pratiques du Ngondro qui sont les quatre pratiques spirituelles préliminaires fondamentales et préparatoires au Mahamudra.

**Programme d'enseignement:**

- 1<sup>er</sup> jour - L'Essence du bien-être de la Vie humaine
- 2<sup>ème</sup> jour - Les jouissances et les qualités de la Précieuse Vie humaine
- 3<sup>ème</sup> jour - l'Impermanence
- 5<sup>ème</sup> jour - La Loi de cause à effet : Le Karma
- 6<sup>ème</sup> jour - Les inconvénients du Samsara
- 4<sup>ème</sup> jour - Le Refuge
- 7<sup>ème</sup> jour - L'Amour et la Bienveillance
- 8<sup>ème</sup> jour - La Compassion
- 9<sup>ème</sup> jour - L'Ouverture du Cœur de la Bodhicitta : l'Esprit d'Éveil

**Programme journalier**

<b>Horaires</b>		<b>Durée</b>
6.30 - 7.30	Méditation	1h00
7.30 - 9.00	Pause petit-déjeuner / temps libre	1h30
9.00 - 10.30	Enseignement	1h30
10.30 - 11.00	Pause	30mn
11.00 - 12.00	Enseignement	1h00
12.00 - 15.00	Pause déjeuner et temps libre	3h00
15.00 - 16.30	Enseignement	1h30
16.30 - 17.00	Pause pour Tea-Time	30mn
17.00 - 18.00	Enseignement	1h00
18.00 - 18.30	Pause	30mn
18.30 - 19.30	Pratique de Tchenrézi	1h00

**Accueil**

Les enseignements se dérouleront dans le temple du Centre Bouddhiste Tibétain KARMA THEKSOU M TASHI EUBAR LING de Son Éminence Jamgon Kongtrul Rinpoche. Le lieu se trouve dans le centre-ville de la Roche-sur-Foron. L'accueil des participants et le règlement total des inscriptions se feront au Centre KTTTEL pendant la journée **du 26/08/2016** de 10h00 à 12h00 et de 15h00 à 19h00. **Nota Bene** : Prévoyez votre arrivée le 26 août et votre retour le 5 septembre. Adresse : **20, rue de l'Égalité / 74800 La Roche-sur-Foron / FRANCE**

Tel : 00 33 (0) 4 50 97 74 64

Email : [jkongtrul.karmapa@wanadoo.fr](mailto:jkongtrul.karmapa@wanadoo.fr)

Site Web : [www.eubar-ling.fr](http://www.eubar-ling.fr)

**NB:** Pour l'hébergement et les repas voir les informations pratiques.

## Admissibilité

Les enseignements de ce séminaire sont liés aux Quatre pratiques fondamentales du Ngondro de la lignée Karma Kagyu. **Les participants doivent avoir pris Refuge pour se joindre au programme.** Si nécessaire une cérémonie de Refuge aura lieu et les personnes qui n'ont pas pris Refuge pourront le faire avec le **Vénérable Drupön Khenpo Lodro Namgyal** avant le début du programme. Chaque jour il y aura 2h de pratique et 5h d'enseignements.

## Textes nécessaires à apporter

- Le texte du Ngondro court composé par H.H. le 17ème Karmapa.
- Le Flambeau de la Certitude de Jamgon Kongtrul Lodro Thayé.
- Texte de pratique de Tchenrézi

Pensez à apporter les textes de Tara, L'Appel au Lama de loin et Milarepa qui peuvent être utiles aussi.

## Traduction

Les enseignements sont donnés directement en tibétain, avec traduction en français, anglais, allemand et espagnol.

Diffusion en FM ; s'il vous plaît, apportez votre récepteur FM et vos écouteurs.

## Préinscription et Prix du séminaire

### Inscription avant le 30/05/2016.

S'inscrire en renvoyant le formulaire 1 ou 2 par email ou voie postale et verser les 'arrhes\* hors frais d'envoi par virement bancaire ou par mandat postal avant le 30 mai 2016 au plus tard. (Voir encadré **ARRHES**) \*Les arrhes sont non remboursables.

KTTEL a un statut d'association culturelle et culturelle à but non lucratif. Le montant total de la participation au séminaire sera un **prix coopératif (net sans bénéfice et variable en fonction du nombre total de participants.** Il sera fixé entre 410€ et 175€ par personne en fonction du nombre totale d'inscriptions le 30.05.2016. Le prix définitif sera communiqué le 31/05/2016.

Ce prix coopératif sera communiqué à partir du 31/05/2016 à toutes les personnes inscrites.

La totalité de l'inscription sera à régler sur place à l'accueil de **KTTEL le vendredi 26 août 2016.**

**NOTA BENE : Samedi 3 septembre à 20 h 00**

**Repas commun avec le Vénérable Drupon Khenpo Lodro Namgyal au restaurant du Couvent des Soeurs de la Charité. Réservation sur place à KTTEL.**

**KARMA THEKSOU M TASHI EUBAR LING**

**Centre Bouddhiste Tibétain**

**de**

**Son Éminence Jamgon Kongtrul Rinpoché**

**20, rue de l'Égalité**

**74800 La Roche sur Foron - FRANCE**

Tel : 00 33 (0) 4 50 97 74 64

Email : [jkongtrul.karmapa@wanadoo.fr](mailto:jkongtrul.karmapa@wanadoo.fr)

Site web : [www.eubar-ling.fr](http://www.eubar-ling.fr)

Association culturelle et culturelle Lois 1901 et 1905

# INFORMATIONS PRATIQUES

## SÉMINAIRE NONGDRO-MAHAMUDRA 2016

### Hébergement et repas

L'hébergement et les repas ne sont pas fournis par le Centre KTTEL.

Cependant avec notre intermédiaire vous pouvez réserver un hébergement au Couvent de la Congrégation des Soeurs de la Charité avec le formulaire de réservation. ( Voir l'encadré suivant )

- Possibilité d'hébergement en chambre d'hôtel à 50 m de KTTEL.

À réserver vous-même. Moins 5 % à partir de 10 réservations de participants au Séminaire. Code **KTTEL**.

#### Contact:

Hôtel des Afforêts

101 Rue de l'Égalité (GPS: Place des Afforêts)

74800 La Roche-sur-Foron

Tél. +33(0)4 50 03 35 01 / <http://www.les-afforets.com>

• Dans la région, il y a de nombreux autres hébergements et plusieurs restaurants en centre-ville à proximité du Centre KTTEL. Il existe aussi un Biomarket "BIOCOOP" et un magnifique parc public où il est possible de pique-niquer.

- Renseignements touristiques régionaux: <http://www.larochesurforon.com/>

### Hébergement au Couvent de la Congrégation des Soeurs de la Charité

**Chambre à commander avec le formulaire 2 - Inscription et Réservation d'hébergement.**

**Arrhes\* à verser avant le 30/05/2016.**

Hébergement confortable en nuit simple, demi-pension ou pension complète dans le joli Couvent de la Congrégation des Soeurs de la Charité à 10 mn à pied du Centre KTTEL. Il y a un grand jardin végétalisé et une belle vue sur les montagnes

Hébergement limité à 33 personnes:

23 places en chambre simple, 8 places en chambre double et 2 places dans une chambre avec un grand lit.

Les serviettes de toilette et le savon ne sont pas fournis.

**Moins 5 €** sur le montant total du séjour si vous apportez vos draps.

Les chambres seront attribuées en fonction de l'ordre d'arrivée des formulaires de réservation ; **les prix des chambres sont par personne et par jour en fonction de la formule choisie.**

**ATTENTION Nota Bene :** Pour cause d'absence temporaire (vacances) d'une partie du personnel de service :

Le Couvent servira uniquement le petit-déjeuner le 27 et le 28 août. Donc : nuitée avec petit-déjeuner du 26 au 28 août pour tous les pensionnaires et demi-pension ou pension complète à partir du lundi 29 août selon votre formule choisie. Petit-déjeuner de 7h30 à 9h00. . Les repas seront végétariens. Les pique-niques seront autorisés dans le parc du Couvent pour les pensionnaires.

Le règlement de la totalité de votre hébergement se fera auprès de l'accueil du Couvent.

## Arrhes

**\*Les arrhes sont non-remboursables en cas d'annulation.\***

Virement bancaire ou mandat postal hors frais de service, à verser au plus tard le 30/05/2016 :

- Inscription pour le Séminaire sans hébergement  
**40 € Libellé : Nom. Prénom. Séminaire 2016**
- Inscription pour le Séminaire avec réservation de l'Hébergement au Couvent  
**80 € Libellé : Nom. Prénom. Séminaire 2016 HCSC**

**IBAN: FR76 1027 8024 2000 0200 2980 106 BIC: CMCIFR2A**

**Account owner: ASS KARMA THEKSOUM TASHI EUBAR LING**

IBAN (International Bank Account Number)

FR76 1027 8024 2000 0200 2980 106

BIC (Bank Identifier Code)

CMCIFR2A

**Domiciliation**

CCM ROCHOISE  
157 RUE CARNOT  
74800 LA ROCHE SUR FORON  
Tél : 08-20-82-55-46

**Titulaire du compte (Account Owner)**

ASS KARMA THEKSOUM TASHI EUBAR  
LING  
20 RUE DE L'EGALITE  
74800 LA ROCHE SUR FORON

## Comment venir à KTTEL ?

Le Centre KTTEL est à 15mn à pied de la Gare de La Roche-sur-Foron.

Le Couvent des Soeurs de la Charité est à 5 mn à pied de la Gare, 10 mn du Centre KTTEL.

Il est possible de venir à la Roche-sur-Foron depuis l'Aéroport international de Genève (45 km) ou depuis La Gare de Genève Cornavin (30 km)

- **Bus urbains\* entre l'Aéroport international et la Gare de Genève Cornavin: 20mn**  
ligne 5 - arrêt CORNAVIN  
Ligne 10 - arrêt CORNAVIN

<http://www.tpg.ch/>

- **Trains\* entre l'Aéroport international et la Gare de Genève Cornavin: 6mn**  
<http://www.cff.ch/home.html>

*\* Les informations peuvent être obtenues au guichet d'information dans le hall "Arrivée" de l'aéroport, face à la sortie du contrôle douanier. Les billets peuvent également être achetés aux distributeurs situés aux arrêts (monnaie CHF ou Euro nécessaire) et dans la gare CFF. Également vous pouvez retirer un **billet de transport gratuit** à un distributeur qui se trouve dans la salle de récupération des bagages (niveau "Arrivée"). Ce **billet Unireso**, offert par l'Aéroport international de Genève. Il permet d'utiliser les transports publics en ville de Genève durant 80 minutes.*

- **Bus directs entre la Gare routière de Genève et la Roche-sur-Foron : 45mn ou 60mn**  
**4 Bus par jour ligne T73** Voir les horaires sur le site.web.

<http://www.geneva.info/gare-routiere-departures-timetable/>

<http://transdevhautesavoie.com/fr/transalis-t73-annecy-annemasse-geneve>

- **Bus urbains + Trains régionaux entre la Gare Genève et la Roche-sur-Foron: 60mn**  
Ligne 61 – Bus Direction : Annemasse Gare + train d'Annemasse jusqu'à la Roche sur Foron.

<http://www.tpg.ch/>

<http://www.voyages-sncf.com/>

Pour les voitures: Parking gratuit en face du centre KTTEL ou à 50m sur la Place des Afforêts.

## **Principaux contacts**

### **Allemagne**

Dorothea Nett

[Dorothea.Nett@web.de](mailto:Dorothea.Nett@web.de)

### **Espagne**

Enrique April

[bellair@telefonica.net](mailto:bellair@telefonica.net)

### **France**

KTTEL

[jkongtrul.karmapa@wanadoo.fr](mailto:jkongtrul.karmapa@wanadoo.fr)

### **Suisse**

Georg Streit

[g.streit@gmx.ch](mailto:g.streit@gmx.ch)

## **KARMA THEKSOUM TASHI EUBAR LING**

**Centre Bouddhiste Tibétain**

**20, rue de l'Égalité**

**74800 La Roche sur Foron - FRANCE**

Tel : 00 33 (0) 4 50 97 74 64

Email : [jkongtrul.karmapa@wanadoo.fr](mailto:jkongtrul.karmapa@wanadoo.fr)

Siteweb : [www.eubar-ling.fr](http://www.eubar-ling.fr)

Association culturelle et culturelle Lois 1901 et 1905.

**FORMULAIRE 2**  
**INSCRIPTION**  
**SÉMINAIRE NONGDRO-MAHAMUDRA 2016**

**Les Fondements du chemin vers l'Éveil & La Voie bouddhiste tibétaine**  
27 août au 4 septembre 2016

Formulaire à renvoyer par email ou voie postale.

J'ai pris connaissance des conditions et des informations pratiques du Séminaire.

Je ne réserve pas mon hébergement au Couvent de la Congrégation des Sœurs de la Charité.

Je m'inscris pour le séminaire en versant 40 € d'arrhes\*. Je réglerai la totalité de mon inscription sur place à mon arrivée le vendredi 26/08/2016.

Nom :

Prénom :

Adresse :

Code postal :

Ville :

Email :

Téléphone :

Date :

Signature :

**KARMA THEKSOUM TASHI EUBAR LING**

**Centre Bouddhiste Tibétain**

**20, rue de l'Égalité**

**74800 La Roche-sur-Foron - FRANCE**

Tel : 00 33 (0) 4 50 97 74 64

Email : [jkongtrul.karmapa@wanadoo.fr](mailto:jkongtrul.karmapa@wanadoo.fr)

Siteweb : [www.eubar-ling.fr](http://www.eubar-ling.fr)

(Association culturelle et culturelle Lois 1901 et 1905.)

# FORMULAIRE 1

Formulaire à renvoyer signé, par email ou voie postale.

## INSCRIPTION ET RÉSERVATION HÉBERGEMENT SÉMINAIRE NONGDRO-MAHAMUDRA 2016

**Les Fondements du chemin vers l'Éveil & La Voie bouddhiste tibétaine**  
27 août au 4 septembre 2016

**Hébergement au Couvent de la Congrégation des Soeurs de la Charité**  
Arrivée le 26 août – Départ le 5 septembre 2016

**10 Nuits**

J'ai pris connaissance des conditions et des informations pratiques du Séminaire.

Je m'inscris et je réserve aussi mon hébergement au Couvent de la Congrégation des Soeurs de la Charité. Je verse 80 € d'arrhes\* avant le 30/05/2016. Je réglerai la totalité de mon inscription au Séminaire sur place à mon arrivée au centre KTTEL, le vendredi 26/08/2016. Et je réglerai la totalité de mon hébergement auprès de l'accueil du Couvent.

Nom : Prénom :

Adresse :

Code postal :

Ville :

Email :

Téléphone :

**Surlignez en couleur votre choix**

Je souhaite réserver une chambre individuelle - Je souhaite réserver une chambre double en étant avec :  
(indiquez votre nom et votre prénom de l'autre personne) :

### **Chambre Nuit avec petit-déjeuner**

- avec lavabo individuel, WC et douches en commun : **30€ / nuit**
- avec salle de bain individuelle : **40€ / nuit**

### **Chambre Demi-pension** (petit-déjeuner et dîner)

- avec lavabo individuel, WC et douches en commun: **42€/ nuit**
- avec salle de bain individuelle : **52€ / nuit**

### **Chambre Pension complète** (petit-déjeuner, déjeuner et dîner)

- avec lavabo individuel, WC et douches en commun: **54€ / nuit**
- avec salle de bain individuelle : **64€ / nuit**

**Rappel :** le Couvent servira uniquement le petit-déjeuner du 27 au 28 août pour tous les pensionnaires.

Date :

Signature :

**KARMA THEKSOM TASHI EUBAR LING CENTRE BOUDDHISTE TIBÉTAIN**  
20, rue de l'Égalité / 74800 La Roche-sur-Foron - FRANCE

Tel : 00 33 (0) 4 50 97 74 64

Email : [jkongtrul.karmapa@wanadoo.fr](mailto:jkongtrul.karmapa@wanadoo.fr) / Siteweb : [www.eubar-ling.fr](http://www.eubar-ling.fr)

(Association Cultuelle et culturelle Lois 1901 et 1905.)