



Chers amis,

Nous sommes très heureux de vous informer que le Vénérable Dagpo Rinpoché a accepté notre requête de revenir à Beausoleil, du **Vendredi 14 juin au dimanche 16 juin 2019** pour nous faire profiter de ses enseignements. Cet évènement aura lieu à la Salle José Rizal, 15 rue Jules Ferry, Bâtiment « Le Centre », 1er étage 06240 à Beausoleil (derrière la mairie de Beausoleil).

Le **Vendredi 14 Juin à 19h00**, le Vénérable Dagpo Rinpoché donnera une conférence sur le thème :

**« La Perfection de la Concentration »**  
**Méthode pour pratiquer le Calme Mental**

*Puissent tous les êtres pratiquer la Perfection de la Concentration pour l'accomplissement du bien de tous les êtres dont nous sommes.*

Après la Perfection de la Patience et de l'Enthousiasme, la Concentration est la 5ème des 6 Perfections (Paramitas).

Parce que notre esprit est actuellement très instable, facilement distrait, nous devons acquérir cet état de concentration appelé «calme mental» (Samatha) afin de surmonter et d'être hors d'atteinte des obstacles que sont la dispersion et la mollesse mentale au travers de ces trois points :

- *Les conditions à réunir pour s'entraîner au calme mental.*
- *La Méthode proprement dite pour développer le calme mental.*
- *Comment déterminer si l'on a réalisé ou non le calme mental.*

Rinpoché, se référant au grand Lamrim de « Djé Tsongkhapa », nous montrera comment développer cette puissance mentale afin d'obtenir la capacité de demeurer concentré sur un objet choisi permettant ainsi à notre esprit de se stabiliser dans la paix et la clarté en diminuant l'intensité des pensées et des passions, pour ne plus succomber aux distractions extérieures que sont les émotions perturbatrices (Klesha) qui agitent habituellement notre esprit.

Les **Samedi 15 et Dimanche 16 juin de 10h00 à 12h00 et de 15h à 17h00**, Rinpoché nous enseignera comment, par une attitude juste et sincère, nous pouvons être bénéfiques à autrui en mettant en pratique dans notre quotidien la 6<sup>ème</sup> Perfection :

**« La Perfection de la Sagesse »**  
**Comment pratiquer le discernement**

La Sagesse est l'antidote aux perturbations mentales et à l'égo. C'est la lumière qui dissipe les ténèbres de l'ignorance, source principale de tous nos malheurs.

La Sagesse signifie simplement «connaissance juste». Il s'agit de la compréhension claire et développée de la pratique de l'attention.

Elle peut s'expliquer ou se diversifier en 5 aspects :

- *La Sagesse semblable au miroir.*
- *La Sagesse de l'égalité.*
- *La Sagesse du discernement.*
- *La Sagesse de l'accomplissement.*
- *La Sagesse omnisciente.*

Rinpoché nous invitera à prendre conscience des états d'esprit qui nous animent et au travers desquels nous pensons, parlons et agissons.

Il nous apprendra à mesurer les conséquences de ces états sur nous-mêmes, pour les autres et pour notre environnement, à devenir ainsi responsables.

Pour nous permettre d'organiser au mieux cet événement, nous vous prions de trouver ci-joint, les instructions et le bulletin d'inscription que nous vous demandons de retourner au plus tôt, dûment rempli et accompagné de votre participation par chèque à l'ordre de Garuda.

Une participation de 15€ par personne est souhaitée pour la Conférence.  
Une participation de 25€ par personne est souhaitée pour l'ensemble de l'enseignement.

Nous tenons à vous préciser que ces participations sont destinées à nous aider à couvrir exclusivement les frais engagés pour l'organisation de cet événement : location, matériel, transport et hébergement de Rinpoché, des traducteurs, des techniciens et de la sécurité assurance, secrétariat...

Nous vous rappelons que le fonctionnement des Instituts est entièrement basé sur le bénévolat et la libre générosité des participants.

Des boîtes seront mises à votre disposition pour recevoir les dons que vous souhaiteriez faire au Maître aux traducteurs et aux instituts. Ces offrandes sont laissées à la libre appréciation de chacun.

La conférence et l'enseignement seront traduits simultanément en français et en anglais.  
Pour nos amis anglophones, n'oubliez pas de nous indiquer si vous souhaitez une traduction lors de votre inscription. Pensez à apporter un casque d'écoute.

Les photos et enregistrements ne sont autorisés qu'avec l'accord préalable de Rinpoché. Nous vous remercions de vous adresser aux responsables.

Des CD et transcriptions seront à disposition à cette occasion.  
Pour nous permettre de commencer les enseignements à 10 h précises, nous vous recommandons d'être présents dans la salle une demi-heure avant.  
Pour votre confort, vous pouvez apporter tapis ou coussins.

Afin de rester concentrés et de profiter pleinement des enseignements de Rinpoché, nous vous rappelons l'importance du silence pendant les sessions ainsi que dans les autres lieux pendant les intersessions.

Pour toutes informations complémentaires, n'hésitez pas à nous contacter :

ASSOCIATION GARUDA – Le Calypso – 34, boulevard d'Italie 98000 MONACO  
e-mail : [garuda@monaco.mc](mailto:garuda@monaco.mc) – Tél : +33 (0)6 07 93 09 77 –

L'équipe de Garuda et de Kadam Tcheuling vous souhaitent un excellent et fructueux weekend parmi nous.

Avec nos pensées les plus amicales dans le Dharma

GARUDA et IKTM