

# Le Jardin de Grande Compassion

## Programme des retraites

*Sauf mention contraire, les retraites sont guidées par Lama Tsultrim Gyamtso*

**2018**

### **Février-mars**

• Retraite individuelle guidée, du samedi 3 février au soir au samedi 3 mars après-midi. Cette retraite s'adresse aux personnes qui connaissent déjà le lieu et le Lama.

*Pendant celle-ci vous pouvez vous inscrire selon vos possibilités et la durée qui vous convient pour approfondir votre pratique.*

*Pendant cette période, le Lama est disponible pour accompagner chacun dans sa pratique et un enseignement suivi est donné chaque jour.*

• Enseignement et Pratique de l'Entraînement de l'Esprit (*Lodjong*) du vendredi 30 mars au soir au vendredi 6 avril après-midi. Cet enseignement est donné par **Lama Kunkyab**. (*Participation demandée pour l'offrande au Lama : 60 €*)

### **Avril-Mai**

• Enseignement et Pratique de Tcheu, Lieu de la Coupure selon la Voie du Grand Sceau), du samedi 14 avril au soir au samedi 21 avril après-midi. Cette retraite s'adresse aux personnes qui connaissent les pratiques du Véhicule Adamantin (Vajrayana).

• Enseignement et Pratique de la Méditation selon la Voie du Grand Sceau (*Mahamoudra*), du dimanche 22 avril au soir au samedi 28 avril après-midi.

• Enseignement et Pratique de l'Union à l'Esprit du Maître Milarépa (*Gourou Yoga*) du samedi 5 mai au soir au samedi 12 mai après-midi.

• Enseignement et Pratique du Transfert du Principe Conscient (*Phowa*) du vendredi 18 mai au soir au lundi 21 mai après-midi.

### **Juillet-Août**

• Enseignement et Pratique de la Libératrice Verte (*Tara Verte*) du samedi 7 juillet au soir au samedi 14 juillet après-midi. Retraite guidée par **Lama Tsultrim Geneviève**. (*Participation demandée pour l'offrande au Lama : 60 €*)

• Méditation dans la nature en montagne du dimanche 15 juillet au soir au samedi 21 juillet après-midi.

• **Comment être bénéfique à tous les êtres dans la vie quotidienne** : Enseignement sur le texte composé par le Vénérable Thogmé 'Les 37 pratiques des Bodhisattvas'. Également, pratique quotidienne de Celui-dont-les-Yeux-Embrassent-le-Monde (*Tchènrezig*) et du Grand Noir (*Mahakala*), du lundi 23 juillet au soir au dimanche 29 juillet au matin. Retraite guidée par **Lama Sempa**. (*Participation demandée pour l'offrande au Lama : 60 €*)

• Méditation dans la nature en montagne du samedi 4 août au soir au samedi 11 août après-midi.

• Enseignement et Pratique des Préliminaires à la Voie du Grand Sceau du dimanche 12 août au soir au samedi 18 août après-midi. Pendant cette retraite, Lama Tsultrim Gyamtso donnera un enseignement chaque soir et les autres sessions seront consacrées à la pratique des Préliminaires.

• Enseignement et Pratique de la Méditation selon la Voie du Grand Sceau (*Mahamoudra*), du dimanche 19 août au soir au samedi 25 août après-midi.

### **Octobre-Novembre**

• Enseignement et Pratique de la Méditation selon la Voie du Grand Sceau (*Mahamoudra*), du samedi 6 octobre au soir au samedi 13 octobre après-midi.

**2018 - 2019**

### **Décembre-janvier**

• Enseignement et Pratique de la Méditation selon la Voie du Grand Sceau (*Mahamoudra*), du samedi 29 décembre au soir au samedi 5 janvier 2019 après-midi.

### **Retraites individuelles :**

Tout au long de l'année il est possible de faire des retraites individuelles sous certaines conditions et si l'on est déjà familier avec le lieu et le Lama.

### **Notez bien :**

Les dates de ce programme peuvent être modifiées. Pensez à consulter notre Site Internet si vous êtes intéressés par une retraite.

**Important :**

Si vous souhaitez séjourner dans ce lieu de retraite, prenez contact au préalable avec nous **en utilisant l'espace dédié du site** (*Informations utiles / Demande d'inscription*).



**Participation**

Une **adhésion** à l'association de 20 €, valable jusqu'au 30 juin de l'année en cours est nécessaire quels que soient la durée et le type de votre séjour.

Nous disposons de quatre chambres de 2 à 5 lits. Les sanitaires sont communs.

Le montant des frais ci-dessous est calculé au plus juste quant à l'hébergement et la nourriture.

Revenus/mois	≤ 600 €	≤ 1000 €	≤ 1500 €	≤ 2000 €	≥ 2000 €
Repas/jour	12 €	13 €	16 €	17 €	18 €
Hébergement	10 €	12 €	15 €	16 €	17 €
Participation aux frais de gestion	4 €	4 €	5 €	6 €	6 €
Total par jour	26 €	29 €	36 €	39 €	41 €

Si la durée de votre séjour est de plus de 15 jours, une réduction de **2 €** par jour est accordée pour toute la durée du séjour.

Lors de votre inscription le versement d'arrhes d'un montant de **50 €** (*non remboursable*) est requis. Sans ce versement, aucune inscription ne pourra être prise en compte.

Depuis le 1<sup>er</sup> janvier 2017, une taxe de séjour de 0.40 € par nuitée est obligatoire au profit de la Communauté de Communes du Champsaur.

Nous pouvons venir vous chercher à l'arrêt de bus de St Bonnet selon nos disponibilités pour **5 €**.

Le Jardin de Grande Compassion est une **Association Culturelle** reconnue. Elle est habilitée à recevoir des dons déductibles des impôts.

**Frais de session :**

Les Enseignements de Lama Tsultrim Gyamtso sont dispensés gracieusement.

Pour la venue d'un Lama ou d'un Khenpo, une participation complémentaire est demandée pour faire une offrande convenable. Son montant est évalué en fonction de la durée de l'enseignement.

**A noter :**

*Les retraites débutent à 19h00, sauf mention spéciale.*

*Elles s'achèvent généralement l'après-midi vers 15h.*

*Il est possible que des modifications sur ce programme interviennent, vous trouverez toutes les mises à jour sur notre Site Internet sur la page : Retraites / Programme.*

*Nous vous prions de vous inscrire le plus tôt possible et au plus tard sept jours avant le début d'une retraite. Un minimum de huit participants est requis, sinon une retraite pourra être annulée.*

*Un drap housse ainsi qu'une taie d'oreiller sont fournis, mais il faut apporter votre couette avec sa housse ou votre sac de couchage, de même que des chaussures d'intérieur.*

*Il peut faire frais au Temple ; si vous êtes frileux, pensez à apporter un châle ou autre vêtement chaud.*

*Nous ne proposons pas de connexion internet. Si cela vous est indispensable, vous devrez prévoir une connexion par clé 3G ou 4G ou autre.*