

Tout au long de l'histoire, les peuples ont aspiré à créer des sociétés qui expriment la dignité de l'existence humaine au sein d'une culture sage et épanouie. **Telle est la vision de Shambhala – une légendaire société éveillée.** Le premier roi de Shambhala aurait reçu des enseignements directement du Bouddha, des enseignements sur l'inséparabilité de la spiritualité et de la vie quotidienne.



« Le chemin de Shambhala est destiné à nous éveiller au potentiel de notre vie. Il nous enseigne comment vivre une vie pleine de sens et de vigueur, avec joie. Sa sagesse ancienne mais concrète nous permet d'approfondir notre compréhension. Par la pratique de la méditation, nous découvrons que la bonté, la force et la sagesse sont inhérentes à notre esprit et à notre être. La vie quotidienne

devient l'occasion de cultiver encore mieux ces qualités. A mesure que nous réalisons ces qualités éveillées, nous devenons capables de les insuffler dans un monde qui a désespérément besoin de notre savoir et de notre expérience. » Sakyong Mipham Rinpoche

Shambhala est une communauté mondiale de pratiquants qui étudient et pratiquent les enseignements Shambhala et les enseignements bouddhistes. Plus de deux cents centres et groupes Shambhala répartis dans le monde entier proposent des soirées de méditation ouvertes à tous et des instructions, ainsi que des programmes et enseignements Shambhala, études bouddhistes, arts contemplatifs, entre autres multiples possibilités. Notre communauté a été fondée par le maître de méditation tibétain Chögyam Trungpa Rinpoche et est dirigé par son fils et héritier spirituel le Skayong Mipham Rinpoche.

Adhérer à Shambhala

Si l'on a instauré une relation personnelle avec la pratique de la méditation et que l'on se sent inspiré par la communauté des autres pratiquants ou la vision Shambhala, on peut choisir de devenir membre. Cette adhésion exprime l'engagement dans notre pratique de la méditation, l'engagement aussi à soutenir la communauté, dans notre centre comme dans les autres communautés européennes et extra-européennes. L'adhésion à Shambhala implique trois différents niveaux d'engagement :



La pratique et l'étude

Une pratique régulière de méditation forme la base de la découverte de notre propre bonté fondamentale, de notre santé éveillée. En tant que membre, nous engageons personnellement et régulièrement dans la pratique de la méditation, l'étude des enseignements et la participation aux pratiques qui se déroulent dans notre centre. Il est vivement recommandé aux membres d'entretenir des contacts réguliers avec un instructeur de méditation.

S'engager dans la communauté Shambhala

Organisations de bénévoles à but non lucratif, les centres Shambhala sont entièrement gérés et entretenus par leurs membres. Ceux-ci s'engagent à consacrer du temps et leurs capacités au service des événements et activités de la communauté Shambhala. Outre la présence aux pratiques de méditation, chacun de nous peut proposer d'aider à organiser ou héberger des programmes, des soirées portes ouvertes ou des événements particuliers, accueillir de nouveaux venus, mettre ses talents particuliers (cuisiner par exemple) à la disposition du centre, ou encore aider d'autres membres de la communauté directement dans leur vie personnelle, voire accepter des postes de responsabilité dans la gestion du centre.

Soutenir notre communauté financièrement

Les centres et groupes Shambhala dépendent entièrement pour leur survie des dons et des cotisations des membres. Nous dépendons de cet effort financier de nos membres pour pouvoir pratiquer et étudier ensemble comme pour présenter les enseignements aux autres, aider à louer, aménager et à entretenir le Centre, acheter des livres et du matériel pour la pratique, organiser les programmes et les réunions de la communauté, inviter des enseignants pour les programmes, etc. Nous demandons aux membres de s'acquitter d'une cotisation mensuelle, qui peut varier selon les moyens de chacun.

Shambhala en Europe et dans le monde

En devenant membre du Centre Shambhala de Paris, nous devenons en même temps membre de Shambhala Europe et de la communauté Shambhala mondiale. Shambhala Europe regroupe 70 groupes et centres. Le siège officiel du Sakyong en Europe est le centre Kalapa de Cologne;



le Sakyong effectue des séjours réguliers d'enseignement en Europe. Notre centre de pratique, Dechen Chöling, est un château situé dans la belle campagne des environs de Limoges. Dechen Chöling propose des programmes plus longs et des possibilités de rassemblement pour la communauté européenne.



La communauté mondiale Shambhala englobe de nombreuses organisations et activités, parmi lesquelles :

- **Un réseau de centres et groupes** en Europe, Amérique du Nord et du Sud, Asie, Australie, Océanie et Afrique (www.shambhala.fr, www.shambhala-europe.org, www.shambhala.org);
- **Les grands centres de pratique** en Europe, aux Etats-Unis et au Canada (www.dechencholing.org, www.shambhalamountain.org, www.dorjedenmaling.org);
- **Le premier monastère bouddhiste tibétain en Occident**, entièrement administré par des étudiants occidentaux, sous la supervision de l'Abbé Thrangu Rinpoche et de Pema Chödrön (www.gamboabbey.org);
- **La première et unique Université en Amérique du Nord basée sur les principes bouddhistes** de l'étude et de la méditation mais ouverte à des étudiants de toutes traditions, l'université Naropa (www.naropa.edu);
- **Un institut du leadership basé sur les principes contemplatifs** à Halifax, Nouvelle Ecosse (www.shambhalainstitute.org);
- **Une organisation dédiée aux activités contemplatives** qui propose des cycles d'enseignement de trois ans en psychologie contemplative, soins médicaux et arts. (www.upaya.info);
- **Diverses écoles inspirées par la vision** commune que tous les êtres humains possèdent une intelligence et une curiosité naturelles ainsi que le désir d'appartenir à une communauté harmonieuse (www.shambhalaschool.org).

Les facettes de l'adhésion à Shambhala

Etre membre permet d'obtenir un soutien pour sa pratique de méditation : une motivation partagée dans le travail en commun, un sens de la communauté dans la pratique, l'étude et la célébration, et la possibilité d'appliquer les principes de la méditation dans le travail et les rapports avec les autres.

Des instructions de méditation suivies - Les membres sont vivement encouragés à entretenir un rapport régulier avec un instructeur de méditation. Cette relation vous aidera à avancer sur votre chemin personnel mais elle vous aidera aussi à vous relier à la communauté. Votre instructeur de méditation peut

vous donner des informations sur les programmes et pratiques appropriés, aussi bien sur le plan local que dans les divers centres Shambhala dans le monde.

Des programmes à tarifs réduits- Les cotisations permettant de financer les programmes, les centres et groupes offrent, aux membres, des tarifs réduits aux programmes qu'ils organisent.

Des lettres d'informations régulières de Shambhala Europe et International - Les membres de Shambhala Europe reçoivent la lettre d'informations mensuelle de Shambhala Europe par courrier électronique. Ils y trouveront des nouvelles sur tout ce qui concerne le monde Shambhala, les programmes européens à venir, ainsi que des récits et photos des derniers programmes. Vous pouvez aussi vous inscrire au Shambhala News Service, un service e-mail qui envoie les annonces importantes du Sakyong, du Président Richard Reoch et de Shambhala International.

Des invitations aux événements culturels et sociaux de la communauté - Les

membres forment le cœur de la communauté du Centre Shambhala de Paris. En tant que membre, vous recevez des invitations spéciales de votre Centre aux rassemblements de la communauté, aux célébrations Shambhala comme la Journée Shambhala (le 25 février cette année) et la Moisson de la Paix, ainsi que d'autres événements spéciaux.



Accès aux "sections réservées aux membres" des sites Internet de Shambhala Paris, Europe et International - Grâce à votre mot de passe de membre, vous avez accès à un large éventail de ressources, informations concernant le mandala Shambhala, articles sur la voie et les pratiques Shambhala, supports de communications pour la publicité des programmes et des centres. Vous pouvez aussi vous inscrire à divers services e-mail et Internet, comme les annonces de la sangha ou Shambhala News Service et participer à des forums où vous communiquerez et partagerez avec les membres de Shambhala du monde entier.

Accès à la Base de données Shambhala - La base de données est une ressource unique développée par Shambhala Europe pour le Mandala dans son ensemble. Grâce à votre mot de passe de membre, vous pourrez obtenir les contacts et informations destinées aux membres des autres centres et groupes Shambhala dans le monde.

Si vous souhaitez devenir membre ou en savoir plus sur l'adhésion, contactez la trésorière au 01 44 93 70 44, annick.hc@free.fr