



Shambhala Paris le 25 août 2023

Très chères amies et chers amis du Centre Shambhala de Paris,

Que vous soyez des amis de fraîche date ou des shambhaliens aguerris, nous revenons vers vous en cette fin du mois d'août pour vous dire à quel point nous souhaitons maintenir mais aussi vivifier le lien qui nous unit.

Avant de vous parler de notre programmation de la rentrée 2023/2024 nous tenons à témoigner ici de la rencontre internationale qui a eu lieu à Dechen Chöling du 9 au 20 juillet, qui a réuni quatre-vingts personnes de dix nationalités différentes dont quatre merveilleux enseignants qui ont su avec simplicité, richesse et profondeur éclairer pour les participants des aspects essentiels du trésor des enseignements qui nous ont été transmis.

Cette assemblée des guerriers, encore inimaginable il y a peu de temps, a redonné tout son souffle à la vie de Shambhala et suffisamment démontré que si Shambhala n'est actuellement plus, dirigée ni conduite comme précédemment par la personne d'un maître, elle a toute sa Présence d'Esprit, une Sagesse inépuisable et au centre du mandala, un Cœur Libre qui bat très fort.

Un grand merci pour la brillance et la douceur des enseignements reçus et pour la ferveur et la force qui ont rendu possible un évènement de cette ampleur, d'aussi bon augure pour la suite. Pour l'effort et la réussite, merci à Catherine Eveillard directrice, et toutes tâches et services confondus merci à l'équipe de Dechen au grand complet. A peine terminé ce programme puissant et nécessaire, Dechen Chöling a reçu 120 personnes pour deux programmes simultanés: Kyudo et Camp Familial Communautaire qui ont réjoui tous ceux qui ont pu y participer.

*Nous profitons de cette évocation de Dechen Chöling en pleine reviviscence pour signaler que **les 23 et 24 septembre Catherine Eveillard enseignera à DCL et en ligne via zoom.***

« Apprivoiser la magie de la vie avec la méditation. »

Un programme qui nous parlera dans un langage toujours plus neuf des fondements de l'apprentissage Shambhala et de tout chemin spirituel authentique...

Catherine Eveillard architecte de profession est entrée sur le chemin de Shambhala à Montréal en 1985. En 1995, il lui est demandé d'assurer l'ouverture (constructions et rénovation) du tout nouveau centre de retraite européen de Dechen Chöling. Il s'ensuivra huit ans de travaux et un lieu d'une qualité de vibration et d'une beauté exceptionnelles. Depuis 1998, enseignante de l'apprentissage Shambhala, traduisant textes et programmes, attentive à l'évolution du monde et toujours à la recherche de nouvelles approches pour la transmission des enseignements, elle enseigne dans de nombreux centres Shambhala en France et à l'étranger.



Le chemin de la méditation s'appuie sur la compréhension que tous les êtres peuvent faire l'expérience de l'ouverture, de la fraîcheur et de la simplicité. Nous appelons cela la bonté fondamentale.

Et maintenant quelques nouvelles spécifiquement liées à Shambhala Paris



Après un temps de silence durant lequel nous avons réfléchi à la programmation de l'année 2023/2024, nous avons décidé de renouer avec la tradition des Nyinthun, en nous réunissant les premiers dimanche de chaque mois de 10 heures à 18 heures au centre Kalachakra et en ligne via zoom.

1^{er} octobre ; 5 novembre ; 3 décembre ; 7 janvier 2024 ; 4 février ; 7 avril ; 5 mai.
Méditer, réfléchir autour d'un thème, échanger nos joies et nos difficultés, partager le bonheur d'être ensemble, voilà ce que souhaitons à nouveau privilégier.

Pour les mêmes raisons, les méditations du lundi soir au centre Kalachakra reprendront **le 4 septembre**, et *en ligne via zoom, qui ne se sont pas interrompues*, continueront tout au long de l'année.

Autre nouveauté :

Dans le but d'approfondir et d'élargir notre vision nous offrirons au cours de l'année à la sangha française et pays francophones une série de conférences dans le pur esprit shambhalien de la société éveillée.

Les conférenciers invités nous parleront du vaste monde, de ses périls et de ses merveilles, et comment ils relient leur expérience personnelle à la Voie Shambhala initiée par **Chögyam Trungpa**. Les thèmes des conférences, les dates et les noms des conférenciers vous seront communiqués au fur et à mesure qu'elles seront planifiées dans de très prochains courriers.

Bien sûr nous reprenons dès la rentrée la série des cours du jeudi soir par zoom.

Nous avons le plaisir de vous annoncer la première série de cinq cours « **Les cinq énergies de sagesse** » enseignés par **Tessa Racine** et qui auront lieu *En ligne via zoom les jeudis 28 septembre, 12 et 26 octobre et 9 et 23 novembre.*



Créée par Chögyam Trungpa, MAITRI « Les Cinq Énergies de Sagesse » est une pratique d'acceptation de soi, de prise de conscience et d'ouverture aux perceptions sensorielles, fondée sur les enseignements bouddhistes traditionnels des Cinq familles de Bouddha.

Selon les enseignements du bouddhisme, les émotions peuvent être la source de souffrances énormes ou le fondement de la découverte de notre vraie nature, en fonction de la manière dont nous travaillons avec notre esprit.

Avec la pratique de Maitri Cinq Énergies de Sagesse, nous pouvons commencer à comprendre nos émotions avec compassion et habileté, et arriver à transformer la névrose en sagesse.

Tessa Racine pratique la méditation dans la voie bouddhiste tibétaine depuis 1999 . Elle enseigne la voie Shambhala et des programmes inspirés par la psychologie contemplative depuis 17 ans avec pour objectif principal de guider les débutants par une approche juste et saine de ce qu'est réellement la méditation et comment s'y relier dans la vie quotidienne. Elle est la mère de quatre enfants et vit dans le Limousin à côté du centre européen de Dechen Chöling. Après 20 ans d'activité professionnelle comme réalisatrice de films documentaires, elle exerce actuellement en tant que psychopraticienne.

Mais Shambhala Paris n'est pas seule au monde...

*De concert avec d'autres centres français et francophones nous œuvrons actuellement à la programmation de **Shambhala France et Pays francophones**, afin de travailler ensemble, réunir nos forces et nos élans et vous informer en temps et en heure du rayonnement de Shambhala, de ses activités ainsi que de la diffusion de ses programmes, dans le but d'une sangha puissamment rassemblée, diversifiée dans ses projets, harmonieuse et surtout heureuse...*

Très chers amis en attendant les prochains courriers qui vous communiqueront des informations de plus en plus précises nous venons vers vous pour une requête importante :

Nous avons besoin de vous. Nous sommes une petite équipe et nous aurons besoin de votre aide et de votre soutien pour aider à la coordination et à l'accueil pendant les Nyinthun et les évènements communautaires, autant en présentiel qu'en ligne.

Shambhala ne peut pas vivre sans l'engagement des bénévoles. Votre aide sera essentielle.

N'hésitez pas à nous signaler votre souhait de participer au nouvel essor de Shambhala Paris et de Shambhala France. Nous serons disponibles pour vous former si nécessaire à l'aide que vous apporterez.

Dans l'espoir de vous voir bientôt en présentiel et ou en ligne, nous vous souhaitons de vivre pleinement, le cœur et l'esprit content, cette dernière période d'été, dans la lumière fraîche et tendre de notre Soleil du Grand Est, toujours de plus en plus jeune et de plus en plus courageux...

Pour l'équipe de communication de Shambhala Paris.

N'hésitez pas à suivre régulièrement notre site :

<https://paris.shambhala.fr/>

Ainsi que le site de Dechen Chöling

<https://www.dechencholing.org/fr>