

# MOGCHOK RINPOCHÉ

**Samedi 12 et Dimanche 13 Octobre 2019**

## **Entraînement de l'esprit en rapport avec les 4 éléments Introduction à la pratique du feu intérieur (Toumo)**

*Horaires des enseignements: 10h à 12h et 14h 30 à 17h 30.*

**Il est possible de pique-niquer sur place**



### **Rappel :**

Le Très Vénérable Mogchok Rinpoché est un maître tibétain détenteur des lignées Shangpa Kagyu et Gélugpa. À l'âge de trois ans, il a été reconnu par le Vénérable Trijan Rinpoché et par Sa Sainteté le Dalaï-Lama comme la réincarnation de **Mogchokpa Rinchèn Tseudruk**, grand yogi dont la lignée remonte au XIe siècle.

**Pratiquant non sectaire, Mogchok Rinpoché transmet l'enseignement authentique du Bouddha.**

Pour en savoir plus : <http://www.mogchok-rinpoche.fr>

### **Entraînement de l'esprit en rapport avec les 4 éléments**

Les bienfaits qui découlent de la mise en pratique des instructions en rapport avec les 4 éléments sont à la fois temporaires et ultimes; temporaires parce qu'ils participent à l'équilibre des éléments dans notre corps, ultimes parce qu'en transformant nos 4 éléments intérieurs en les 4 éléments extérieurs afin d'accomplir le bien de tous les êtres, nous accumulons des mérites et nous nous rapprochons de l'éveil (source: Mogchok Rinpoché)

### **Introduction à la pratique du feu intérieur (Toumo)**

La pratique de Toumo ou feu intérieur n'est pas une pratique spécifiquement bouddhiste, elle est enseignée dans d'autres traditions. C'est une pratique fondamentale pour celui qui aspire à l'obtention rapide de l'éveil complet d'un Bouddha (pratiquant du Vajrayana), elle est le socle sur la base duquel il est possible de générer les qualités du chemin. En tibétain le terme fait référence au principe féminin; comme la mère qui enfante, Toumo donne naissance aux qualités (source: Mogchok Rinpoché)

- 20 € / par jour, pour les membres de "Anandakara" et assos Mogchok Rinpoché
- 25 € / par jour, pour tout autre participant.

**Association A N A N D A K A R A**

**GROUPE D'ÉTUDES ET DE MÉDITATION BOUDDHISTES**

ASSOCIATION RÉGIE PAR LA LOI 1901 (j.o. du 03-04-2004) et affiliée à l'UBF ([Union Bouddhiste de France](http://www.ubf.fr))

**57, rue des Trucails-33980 AUDENGE**

email: [anandakara@orange.fr](mailto:anandakara@orange.fr). website : <http://www.anandakara.com/>

NB : l'argent ne doit pas être un obstacle au Dharma et les participations demandées suffisent à peine à couvrir les frais d'organisation. Mais si votre situation le justifie, vous pouvez, en toute confiance, demander un arrangement aux responsables de l'association.