



Guide de Séjour



Table des matières

- * Le centre
- * Votre arrivée, votre départ
- * Les chambres
- * La cuisine
- * Les repas
- * L'attitude spirituelle dans le centre
- * Le temple
- * Lamas et Rinpochés
- * La sangha monastique & la sangha laïque
- * Le lékor, le bénévolat
- * La bibliothèque et la boutique
- * La sécurité
- * Les horaires
- * Les tarifs



Le centre

L'association culturelle Bodhicharya France, placée sous l'autorité spirituelle du Vénérable Ringou Tulkou Rinpoché, a pour objectif d'associer l'enseignement du Dharma et la pratique du bouddhisme selon la tradition tibétaine de la lignée Kagyupa, avec, à sa tête, Sa Sainteté le Karmapa.

Depuis que le centre existe, il se transforme régulièrement pour vous offrir une véritable qualité d'accueil et de séjour.

Ce guide a été écrit pour répondre aux questions que vous pourriez vous poser, tant sur l'organisation du centre que sur les pratiques liées à l'attitude spirituelle inhérente à ce lieu.



Votre arrivée, votre départ

Votre inscription, par internet ou par téléphone, sera faite au plus tard 48h avant votre arrivée. A préciser (dans la mesure du possible) : l'heure , le lieu d'arrivée, si une navette est nécessaire, la durée du séjour.

Lors des week-ends d'enseignement, les arrivées se font le vendredi à partir de 16h.

Lors de votre inscription, vous nous avez prévenus de la date de votre départ ; merci de la confirmer la veille, de façon à ce que nous puissions prévoir votre règlement ainsi que le moment de libération de la chambre.

Les désistements de dernière minute ayant un coût, tant financier qu'organisationnel, nous vous saurions gré de nous prévenir au plus tôt en cas d'empêchement exceptionnel.



Les arrivées au centre pour les visites ou séjours se font à partir de 14h30 du mardi au vendredi* (les matinées étant consacrées à l'étude et la pratique méditative). Il est néanmoins possible de venir participer à la méditation de 12h et de rester déjeuner au centre à condition d'en avoir averti le secrétariat.

Nous n'accueillons plus après 18h.*

** nous sommes conscients qu'il est parfois difficile pour certaines personnes de s'adapter aux contraintes horaires du centre, c'est pourquoi nous vous invitons à nous contacter pour trouver un éventuel arrangement le cas échéant. (personnes venant de loin, venant en train, etc.)*

Le centre ferme à partir du dimanche à 16h30 jusqu'au mardi (14h30) et ne laisse pas la possibilité de venir ou d'y rester séjourner, excepté pour les personnes dont le séjour est supérieur à une semaine. (du mardi au mardi suivant, du vendredi au vendredi suivant voire plus, etc.) Dans ce cas il est possible de rester sur place pendant la période de fermeture. Cela doit néanmoins être convenu au préalable avec le secrétariat.

Les chambres

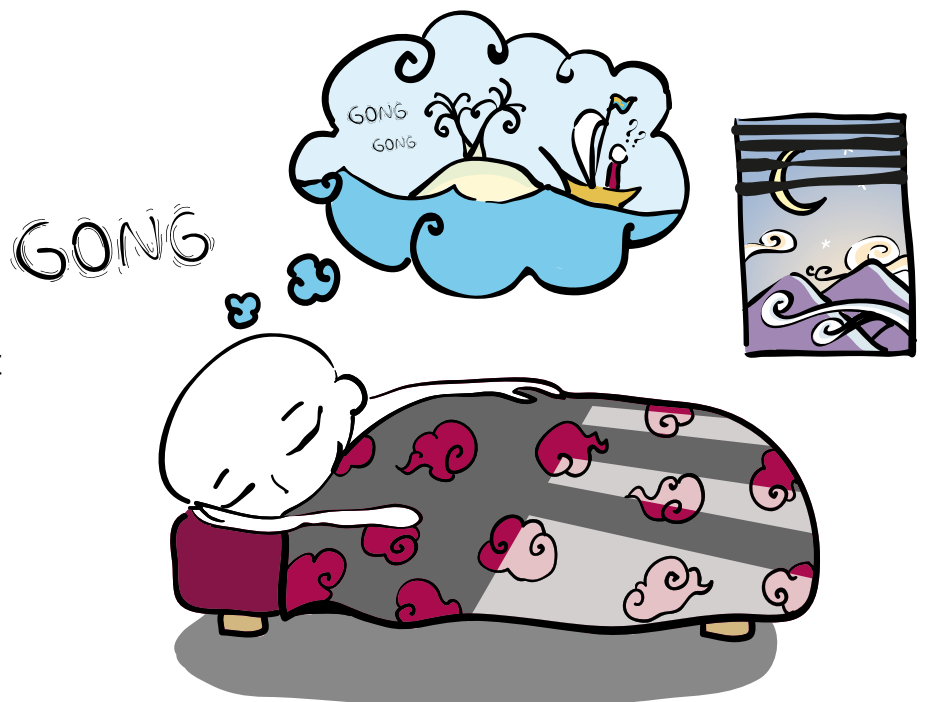
Suite à la rénovation du centre, nous mettons à votre disposition des chambres neuves et propices à la sérénité, pour une ou deux personnes. En réponse à vos demandes de chambre seule, nous nous efforçons de faire notre possible, mais nous ne pouvons garantir d'accéder systématiquement à vos souhaits et nous pouvons être amenés à prévoir deux personnes par chambre.

Lorsque toutes les chambres sont occupées, nous proposons de vous loger dans le dortoir (avec sanitaires et douches communes).

Dans le but d'alléger l'intendance du centre, merci d'apporter : drap housse, taie d'oreiller, drap du dessus ou sac de couchage, ainsi que serviette de toilette.

Nous mettons à votre disposition les couvertures et les oreillers. En cas d'oubli, nous pouvons vous fournir la literie ; une participation de 5 euros vous sera alors demandée.

Vous êtes accueilli dans une chambre propre ; merci de la laisser dans le même état lors de votre départ (une affiche est collée sur la porte de votre chambre pour plus de détails).



La cuisine

Pour des raisons d'organisation, d'hygiène et de sécurité, il n'est pas souhaitable de circuler dans la cuisine, sauf autorisation préalable ou raison de service (lékor).

Toutefois, si vous souhaitez vous faire une boisson chaude au cours de la journée, vous pouvez utiliser les bouilloires et l'évier à l'entrée de la cuisine. Merci également de laver, sécher et ranger la vaisselle utilisée.



Les repas

Les repas sont végétariens.

L'alcool est interdit dans le centre.

Pour les personnes ayant des régimes alimentaires spéciaux, merci d'en informer le secrétariat dès votre inscription afin que nous puissions, si nécessaire, vous contacter.

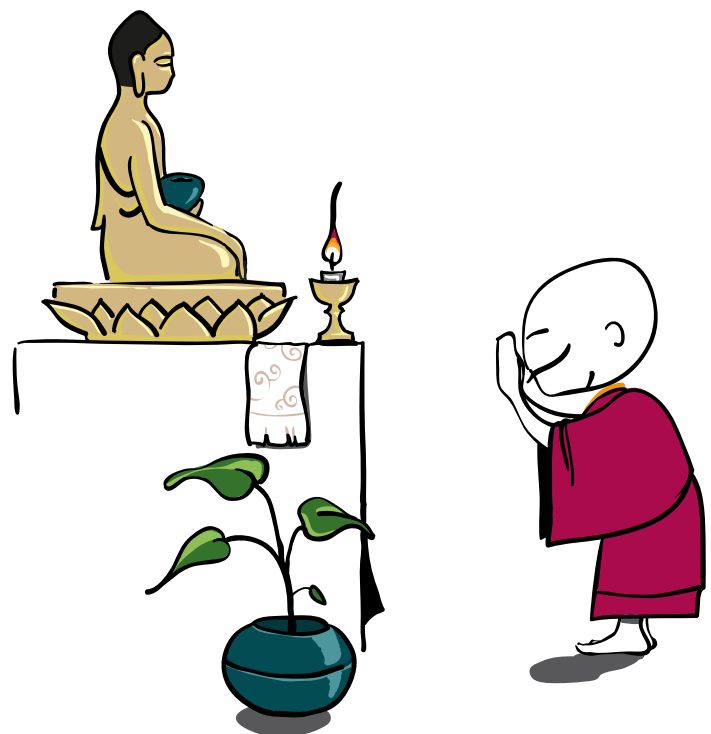
L'attitude spirituelle dans le centre

Le centre est dédié à l'étude et à la pratique du dharma. Certaines personnes ont pris des vœux monastiques, il est donc important de respecter une attitude spirituelle dans le centre. Par ailleurs, les permanents vivent selon un rythme précis, mis en place par Lama Tsultrim et qu'il convient de respecter.

Dans toutes voies spirituelles, le silence tient une place importante; ce n'est pas une absence mais un profond moyen d'entrer en communication avec soi pour être à même d'enrichir sa relation à autrui. Il est donc demandé de préserver le silence et de le respecter lors des moments qui lui sont consacrés et plus généralement durant la totalité de votre séjour.

L'attitude comporte une éthique :

- ne pas tuer, même un insecte
- ne pas voler
- parler à voix modérée et ne pas mentir
- ne pas prendre d'intoxicant : tabac, alcool...
- avoir une tenue décente



Le temple

Merci de se déchausser avant d'entrer dans le temple. Quelques attitudes sont traditionnellement à respecter :

- Dans le temple, faire 3 prosternations face à l'autel.
- Lors d'un enseignement, lorsque l'enseignant est assis, faire trois prosternations face à lui par respect pour le Dharma qui va être donné.
- S'asseoir après l'enseignant, se lever avant lui.
- Les textes de pratique, ou toute représentation des trois Joyaux ne sont pas posés à même le sol mais toujours sur un support ; ils ne sont pas enjambés.
- L'enseignement n'est pas un débat, les questions sont posées en fin d'enseignement.



Lamas et Rinpochés

Lors d'un entretien privé avec le Lama, il est de coutume de lui faire une offrande.

Si l'on souhaite un entretien privé avec un Rinpoché, en faire la demande auprès du Lama du centre et préciser s'il y a besoin d'une traduction. Comme pour un Lama, il est de coutume de lui faire une offrande.



La sangha ordonnée...



Autour du Bouddha s'est rapidement formée une communauté d'individus ayant fait le choix de le suivre en renonçant à leur vie de famille et à leurs activités dans le monde, à l'instar du Bouddha qui quitta son palais, sa femme et son fils, pour se consacrer au chemin spirituel. Composée de moines et plus tardivement de moniales (bhikkhus et bhikkhunis), la sangha ordonnée se consacrait entièrement à l'écoute et la pratique des enseignements du Bouddha en l'accompagnant en permanence. Plusieurs années après sa mort, les témoignages de ces plus proches disciples ont permis de transposer l'ensemble de son enseignement en Pali.



Les cinq vœux principaux de l'ordination sont : le vœu de célibat (chasteté), s'abstenir de tuer, de voler, de mentir, et d'absorber des intoxicants.



Traditionnellement la sangha ordonnée n'a pas d'activité professionnelle. Sa subsistance repose donc sur les dons. Cependant les conditions permettant de vivre de cette façon en Occident sont rares et il est fréquent que des moines ou des moniales continuent d'avoir un travail leur permettant d'assurer leur subsistance.



L'un des objectifs principaux du centre monastique Bodhicharya France est de pouvoir proposer à des moines et moniales résidant à Bodhicharya France un cadre privilégié pour la pratique et

l'étude. Ils sont nourris, logés, ont accès gratuitement à tous les enseignements et activités proposés par le centre et sont également pris en charge au niveau de la sécurité sociale des cultes (CAVIMAC) pour ceux qui n'ont aucun revenu.

Ils participent également au développement du centre en apportant leur aide selon leur domaine de compétence : transmission du Dharma, accueil, intendance, entretien des lieux... Il ne s'agit pas d'un travail, ni d'une démarche bénévole ou d'une contrepartie, la pratique de la générosité (don, disponibilité au service d'autrui) étant un des aspects essentiels de la pratique authentique du Dharma.

Le mode de vie des moines s'articule autour de quatre pôles essentiels :
la pratique, l'accueil, l'activité et la transmission.

... et la sangha laïque



Le Bouddha enseignait à tous ceux qui en faisaient la requête sans distinction de caste, de sexe, d'âge, etc., en adaptant son enseignement aux besoins et capacités de chacun et pour que tous puissent mettre en pratique la Voie de l'Éveil sans nécessairement changer de mode de vie.



C'est pourquoi le Bouddha avait de nombreux disciples laïcs hommes et femmes : rois, reines, mendiants, marchands, paysannes, guerriers, prostituées...



C'est grâce au soutien et à la générosité des pratiquants et des bienfaiteurs de la communauté laïque que la communauté des bikkhus (moines et moniales) a pu se développer et participer au rayonnement de l'enseignement du Bouddha : le Dharma



Dès lors et encore aujourd'hui, cette étroite interdépendance a formé entre les deux communautés un lien profond et joué un rôle essentiel dans la préservation et la diffusion du bouddhisme.

Certains pratiquants prennent les cinq vœux de fidèle laïc (upasika) pour une durée déterminée ou non : s'abstenir de tuer, de voler, de mentir, d'absorber des intoxicants et d'avoir une conduite sexuelle incorrecte.



L'implication de la sangha laïque dans le développement du centre Bodhicharya France a toujours été déterminante et indispensable aussi bien sur le plan matériel que spirituel.

Le Lékor, le bénévolat

Le lékor est la pratique de la vigilance alliant l'attention et la motivation altruiste au sein même de l'activité. Au centre Bodhicharya-France, le lékor a une place importante car il permet à chaque personne d'appliquer les six paramitas. Ainsi le lékor fait partie intégrante de la pratique et n'est donc pas facultatif.

Le bénévolat est la manifestation de la paramita du don, don de son temps, de sa disponibilité... Le bénévole agit en accord avec les personnes responsables du centre.

Le bénévolat est indispensable à la vie d'un centre spirituel.



La bibliothèque et la boutique

Une bibliothèque est à votre disposition. Les livres sont empruntables pour une période de deux mois. Vous pouvez les rendre directement au centre, ou au Lama lors de sa venue au tcheuling.

La boutique propose des textes de pratique, accessoires pour rituels, encens, etc. Elle permet également un apport financier qui permet de soutenir le centre..



La sécurité

Tous les responsables du centre ont été formés aux premiers secours, aux évacuations et aux manipulations d'extincteurs.

En cas d'accident ou d'incident, merci de prévenir impérativement l'une de ces personnes. Des sifflets sont mis à disposition à cet effet près des déclencheurs d'alarme (qui ne doivent servir qu'en cas d'incendie).

Si vous avez des connaissances médicales attestées, merci de vous faire connaître.

En cas de secours à personne, sauf danger immédiat et non maîtrisable, **NE JAMAIS DÉPLACER UNE VICTIME.**



Les horaires

EN SEMAINE, DU MARDI AU VENDREDI

Le petit-déjeuner est servi à partir de 06.30

07.30 Prière à la Lignée et méditation (45 min)

Le reste de la matinée est consacré à l'étude et à la pratique.

12.00 Méditation (30 min)

12.30 Déjeuner

L'après-midi, les résidents et les bénévoles se consacrent à la gestion et à l'intendance du centre, ainsi qu'à l'accueil des visiteurs.

18.00 Méditation (30 min)

***Période de silence** jusqu'au lendemain après la 1^{ère} méditation commune.*

Le dîner est servi à partir de 18.30

Le soir, chacun est libre de son programme, dans le respect du calme de l'environnement.

LES WEEK-ENDS DE MÉDITATIONS & LES PÉRIODES DE RETRAITE

Les horaires sont affichés sur le panneau à l'entrée du temple

