

Le Sangha Rimay

Le **Sangha Rimay** est une communauté de personnes de toutes origines, aspirant à vivre l'enseignement du Bouddha dans le contexte du monde moderne et de ses enjeux. **Rimay** signifie ouvert, sans parti pris et caractérise la vision d'unité dans la diversité.

L'institut Dharma : transmet l'essence authentique et complète de la tradition du Bouddha dans une forme adaptée au monde contemporain....

La Retraite Permanente : Intégrer & pratiquer la pleine présence tout au long de l'année 365 jours par an...

L'institut Pleine Présence : Il a pour vocation de développer l'éducation à l'expérience et à la pratique de la mindfulness ou pleine présence....

L'Université Rimay : Pour le développement de la Pleine présence, de l'éthique et de la spiritualité universelle...

Le Webcast Rimay : Retrouvez des heures d'enseignements de Denys Rinpoché en accès libre et gratuit...



Sangha Rimay

Renseignements pratiques

Contacts

06 74 22 79 82 / 06 85 92 03 29
valence@rimay.net
www.sanghalokavalence.rimay.net

Lieu de pratique

Salle Parallèle : 82 rue Jean-Joseph Génissieu à Valence
(La salle est à l'angle des rues Génissieu et Frères Lumière)

Adresse du secrétariat

Sangha Loka Valence - Chez Madame Petit
55 impasse André Cros 26500 Bourg-lès-Valence

Fonctionnement

Le Sangha Loka est une association loi 1901
à but non lucratif.

Montant des adhésions (année scolaire 2016/2017)

Adhésion : 50 €

40 € pour revenus inférieurs à 1 000 €

85 € adhésion couple

Accès à toutes les activités des Sanghas Lokas et de l'Institut Karma-Ling et à l'espace privé internet de rimay.net.

Adhésion découverte : 25 €

Pour les personnes désirant découvrir les activités du Sangha Loka, la première année.

Adhésion membre de soutien : 150 euros minimum

Les dons ouvrent droit à une réduction d'impôt, possibilité de payer en plusieurs fois.

Participation aux frais de fonctionnement

Session de méditation : 2 euros,

Soirée longue : 3 euros,

Soirée d'enseignement : 5 euros.

Les difficultés financières ne doivent pas être un obstacle à la pratique, n'hésitez pas à nous en faire part.



Sangha Rimay

Sangha Loka de Valence

*Un espace de découverte,
d'étude et de pratique de
la Voie du Bouddha*



Programme 2016 - 2017

Le Sangha Loka de Valence

Le Sangha Loka est un cercle de pratiquants qui se réunit régulièrement pour la pratique de la méditation et l'étude de l'enseignement du Bouddha.

Il accueille toute personne intéressée par l'enseignement du Bouddha : le Dharma.

Nos activités permettent une progression-type qui assure une transmission cohérente et un suivi de l'enseignement, notamment au travers d'un cycle annuel d'introduction à la tradition du Bouddha ouvert à tous.

Une fois par semaine, le mardi soir, un moment de pratique de la méditation et d'étude est proposé lors des réunions du Sangha.

Le Sangha Loka de Valence fait partie du Sangha Rimay, communauté de pratiquants, dont le siège est à l'Institut Karma Ling, à Arvillard en Savoie.

Pour approfondir, il est aussi possible de suivre des enseignements lors de week-ends ou de semaines à l'Institut Karma Ling. Pour plus d'informations, vous pouvez visiter le site du Sangha Rimay :

www.rimay.net



Etude et pratique de l'enseignement du Bouddha : le Dharma

Le Sangha Loka de Valence offre la possibilité d'étudier et de pratiquer le Dharma lors des réunions du Sangha et de découvrir la tradition du Bouddha en suivant un cycle annuel d'enseignements. Selon cette méthode, étude et pratique s'enrichissent mutuellement, la compréhension intellectuelle de l'étude du Dharma nous invite à faire l'expérience, l'expérience acquise renforce la compréhension.

Les soirées du mardi à 19h30

Ces réunions permettent de pratiquer et d'étudier ensemble, elles sont guidées par des membres du Sangha ayant suivi la formation d'instructeur de Sangha Loka.

Le 1^{er} mardi du mois :

Méditation de pleine présence guidée

L'heure de méditation de pleine présence est guidée par un instructeur de méditation. Elle est donc particulièrement conseillée aux personnes qui souhaitent découvrir la méditation. Elle est suivie à 20h45 par les agapes.

Le 2^e mardi : Soirée d'enseignement

L'un des 9 thèmes du cycle de présentation de la Voie du Bouddha est développé (voir le programme ci-contre).

La présentation du thème est suivie d'un temps d'échanges, d'un moment de méditation, puis d'agapes conviviales pour clore la soirée.

Le 3^e mardi : Une heure de méditation complétée d'un court temps d'échange sur la pratique, suivie à 20h45 par les agapes.

Le 4^e mardi : L'heure de méditation est suivie de la pratique du Sâdhana de Chenrézi et des agapes.

Notre calendrier détaillé est téléchargeable sur notre site.

Cycle de présentation de la Voie du Bouddha

Ouvert à tous, ce cycle d'enseignements propose une introduction à la tradition du Bouddha au travers de neuf thèmes, présentés par un instructeur du Dharma, disciple de Lama Denys Rinpoché et formé à la présentation du Dharma.

- 11 octobre : **Ethique et spiritualité universelles.**
- 8 novembre : **La thérapie sacrée.**
- 13 décembre : **Les quatre notions fondamentales.**
- 10 janvier : **L'éthique.**
- 14 février : **La méditation.**
- 14 mars : **La compréhension.**
- 11 avril : **La bonté fondamentale.**
- 10 mai : **Le cycle de la vie.**
- 13 juin : **Les trois joyaux.**

(Re)découvrir la méditation...

Le Sangha Loka de Valence accueille régulièrement des personnes désireuses de découvrir la pratique de la méditation. Pour ce faire plusieurs modalités sont possibles :

- Prendre part à une session de méditation guidée, le 1^e mardi du mois,
- Demander un temps d'initiation personnalisée à la méditation avec l'un de nos instructeurs de méditation.
- Si vous pratiquez déjà la méditation, solliciter un entretien de méditation auprès d'un instructeur pour échanger avec lui sur votre pratique.