

L'ENSEIGNEMENT "UNITÉ DANS LA DUALITÉ"

Cycle en cours 2021 - 2024

Tarab Tulku Rinpoche



Eminent érudit du bouddhisme tibétain, Tarab Tulku Rinpoche a vécu et enseigné en Occident pendant plus de 30 ans.

Il a élaboré et développé le cycle d'enseignement «Unité dans la Dualité» UD, en s'appuyant sur la tradition philosophique indienne bouddhique dont il a extrait les éléments les plus pertinents pour :

- **accéder à une compréhension profonde de l'expérience que nous faisons de la réalité**, à partir des mécanismes de fonctionnement du mental et de l'interaction avec le corps
- **nous transmettre des outils de transformation personnelle et des pratiques méditatives adaptées** pour développer une plus grande harmonie dans nos vies

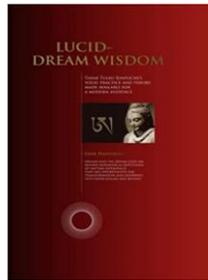
Cet enseignement laïque, clair et accessible est conçu sous la forme d'un cycle de 4 ans d'études et de pratiques, conjuguant de façon unique philosophie et méditation, pour les rendre pleinement utiles et applicables au quotidien, tant pour nous-mêmes que dans notre relation à autrui.

ACTUALITES

La vie de l'association et de l'enseignement UD

L'ENSEIGNEMENT DE TARAB TULKU RINPOCHE SUR LA SAGESSE DU REVE LUCIDE – ENFIN PUBLIE !

Une approche unique en son genre pour aborder nos rêves comme une opportunité de transformation personnelle et spirituelle.



Fruit de plusieurs années de travail, cet ouvrage consolide l'ensemble des enseignements théoriques et pratiques de Tarab Tulku sur le rêve pour rendre son approche accessible au plus grand nombre.

Amazon est le seul à avoir accepté d'éditionner le livre (en anglais à ce jour), disponible en version papier ou kindle. Tous les commentaires que vous pourrez laisser sur leur site sont précieux pour la transmission de cet enseignement.

[Lien pour commander](#)

RETOUR SUR LE DERNIER WEEK-END "PROXIMITÉ A SOI ET OUVERTURE AU MONDE"

1er week-end en présentiel depuis 2 ans ... et 1ère fois au Forum 104 !

Les 12 et 13 février 2022, 17 participants de la promotion 2021-2024 ont eu la joie de se rencontrer physiquement et de pratiquer ensemble autour de Sandrine Gousset, en présence de Cam Tam et Thi Quy Nguyen.

Pour les personnes qui n'auraient pas pu venir, nous trouverons de nouvelles dates, cette année, pour que ce thème soit donné sur Zoom.



L'ENSEIGNEMENT "UNITÉ DANS LA DUALITÉ"

Cycle en cours 2021 - 2024

Lene Handberg



Directrice des enseignements, Lene Handberg fut la plus proche collaboratrice de Tarab Tulku Rinpoche, avec qui elle a étudié pendant plus de 25 ans.

Elle a développé en collaboration avec lui le programme de Développement Personnel UD et le cadre d'application de cette approche à la psychothérapie et à la relation d'aide en général et l'a assisté dans ses enseignements.

En septembre 2004, Tarab Tulku Rinpoché lui a demandé, avant de quitter son corps, de prendre sa suite dans l'enseignement des programmes Unité dans la Dualité. **Elle continue à enseigner cette approche depuis une quinzaine d'années dans de nombreux pays d'Europe ainsi qu'en Asie.**

Psychothérapeute, elle a étudié la psychologie et la tibétologie à l'Université de Copenhague et a reçu de Tarab Tulku Rinpoche la distinction de Semrig Thablam Rabjam : Maître en Philosophie - Science de l'Esprit, Développement Personnel et Application Thérapeutique "Unité dans la Dualité" ou U.D.

PROCHAIN WEEK-END : LE MANDALA POUR EQUILIBRER LES FORCES ESSENTIELLES DE NOTRE EXISTENCE

Les 2 et 3 avril 2022, en présentiel à Paris, au Forum 104

Le fonctionnement harmonieux des énergies vitales fondamentales est indispensable et essentiel au maintien de l'existence dans un bon équilibre aussi bien sur le plan universel que sur le plan individuel.

Sur la base de sa compréhension profonde de l'essence du mandala traditionnel, Tarab Tulku a transmis des méthodes de développement personnel.

Durant ce week-end, les participants pourront, à travers la méditation guidée et la contemplation, explorer, enrichir et équilibrer ces 5 forces élémentaires qui constituent le fondement de notre être et de toute chose, et dont le Mandala est une expression à différents niveaux.

Ils auront également l'opportunité de produire et de découvrir leurs mandalas individuels à travers le dessin, basés sur leur propre expérience de ces forces élémentaires. Ils auront alors toutes les clés pour pouvoir travailler plus spécifiquement sur les déséquilibres qu'ils auront identifiés comme étant les leurs.

Prévoir le matériel nécessaire à la production de dessins ou de peinture, à votre convenance.

Avec Thi Quy Nguyen



Thi Quy est Docteur en Médecine.

Sa recherche de l'unité corps-esprit dans le processus de guérison intègre une formation en sophrologie et en psycho-synthèse ainsi que la pratique en cabinet des médecines énergétiques traditionnelles orientales et contemporaines occidentales.

Week-end ouvert à tous

Aucune expérience préalable de la méditation n'est requise pour participer.

Modalités d'inscription

Vous pouvez vous inscrire sur le site tarab-institute.fr, par mail à tif@tarab-institute.fr ou encore par courrier en renvoyant le bulletin ci-dessous à Cam Tam NGUYEN, 14 rue du Fief, 92100 BOULOGNE

NOM _____	TARIF (à cocher)
PRENOM _____	<input type="checkbox"/> Adhésion annuelle obligatoire : 20 € (couple 30 €)
ADRESSE _____	<input type="checkbox"/> Personne ne suivant pas la formation : 170 €
_____	<input type="checkbox"/> Personne suivant la formation : 150 €
TEL _____	<input type="checkbox"/> Etudiant / Chômeur : 110 €
MAIL _____	<input type="checkbox"/> Ancien Etudiant UD : 100 €
	<input type="checkbox"/> Couple : 260 €

REGLEMENT (à cocher)

- Chèque (à adresser par voie postale à l'adresse indiquée plus haut)
- Virement (avec le libellé « Week-end Mandala – Avril 2022 » sur le compte TIF
RIB : 30056 00370 03700050692 14 / IBAN : FR76 3005 6003 7003 7000 5069 214
CODE BIC : CCFRFRPP
- Je souhaite un justificatif

LES PROPOSITIONS DE L'ASSOCIATION

Tout au long de l'année

A côté du cycle de formation UD, le Tarab Institute propose plusieurs autres activités en France.

PRATIQUES HEBDOMADAIRES

En ligne, sur Zoom

WEEK-ENDS

En présentiel, sur Paris.

Ces week-ends sont ouverts à tous et permettent d'aborder l'enseignement à partir d'un thème spécifique.

Aucune expérience préalable de la méditation n'est requise pour participer.

RETRAITE D'ETE

Au mois d'août, à Marcevol, dans les Pyrénées Orientales.

Organisée sur un thème différent chaque année, la retraite d'été est ouverte à tous.

L'Institut Tarab Ling

L'Institut d'Etudes et de Recherche Tarab Ling, établi à Dehradun, au nord de l'Inde offre également la possibilité de faire des retraites de contemplation et de méditation ou de participer à des programmes UD internationaux .



LES PRATIQUES HEBDOMADAIRES POUR GARDER LE LIEN

A vivre à distance, sur Zoom

MONDAY MEDITATION - le lundi, de 20h à 21h30

Pratique ouverte à tous, guidée par Lene Handberg

(la traduction en français n'est pas garantie à chaque session)

FRIDAY ART OF RELATING - le vendredi, de 8h30 à 10h

Programme d'accompagnement et de développement de la pratique en art de la relation, destiné aux étudiants ayant suivi l'ensemble de la formation et à ceux ayant terminé le module 1.

Pratique guidée par Lene Handberg

(traduction en français à chaque session)

INFORMATIONS PRATIQUES

Inscription par mail pour obtenir les liens Zoom (adresse : tif@tarab-institute.fr)

Participation libre et volontaire : vous pouvez faire un virement en soutien à ces activités sur le compte TIF, avec le libellé « Méditation du lundi (ou du vendredi) »

RIB : 30056 00370 03700050692 14 / IBAN : FR76 3005 6003 7003 7000 5069 214
CODE BIC : CCFRFRPP

A noter : Ces versements n'ont pas valeur de donation.

LES PROCHAINS MODULES DE FORMATION ET LA RETRAITE D'ÉTÉ 2022

A bloquer dans vos agendas

PROCHAINS MODULES DU CYCLE DE FORMATION UD

18/22 juin

Module 2 - S1 : CARTOGRAPHIE DES CONSCIENCES

A PARIS, au Forum 104 (la possibilité d'un format hybride Présentiel + Zoom est à l'étude)

novembre

Module 2 - S2 : DYNAMIQUE DES CONSCIENCES

A PARIS, à l'Enclos Rey

RETRAITE D'ETE

Du 13/19 août à Marcevol (Pyrénées Orientales)

Une semaine d'enseignement et de pratiques sur le thème du Mandala

Avec Lene Handberg

