



*Bonheur excellent - calligraphie tibétaine du Gyalwang Drukpa

L'ART DE LA MÉDITATION

DIMANCHE 31 AOÛT 2014
CONSEILS ET MÉTHODES
D'UN GRAND MAÎTRE
LE GYALWANG DRUKPA

Maison de la Mutualité (Espace Maubert)

24 rue Saint-Victor • 75005 Paris

www.artdelameditation.fr



LIGNÉE DRUKPA

L'ART DE LA MÉDITATION

Vue philosophique, chemin spirituel, ou encore méthode anti-stress, l'art de la méditation aux origines orientales et millénaires, revêt autant d'approches que de bienfaits. Son universalité le rend accessible à tous et si cet entraînement de l'esprit ne se limite pas à la simple posture assise, il est également possible de s'y exercer en marchant, au bureau, à tous moments de la journée. Ses méthodes sont nombreuses, et débutants comme avertis pourront y trouver la plus adaptée à leur quotidien ; une pratique patiente et régulière étant la clef du développement personnel recherché, qu'il soit d'ordre spirituel, humain, social, économique ou encore professionnel. Où, quand, comment pratiquer ? Seul ou en groupe ? En silence ou en musique ? Ce sont-là autant de questions auxquelles le Gyalwang Drukpa, maître de méditation accompli répondra en apportant par ses conseils et son expérience un éclairage sur la pratique de cet art au-delà des dogmes.

LE GYALWANG DRUKPA

Chef spirituel de la lignée Drukpa, l'une des principales écoles bouddhistes de l'Himalaya, le Gyalwang Drukpa perpétue l'ancienne philosophie bouddhiste pour aider à répondre aux problèmes d'aujourd'hui. Responsable de nombreux monastères dans les régions himalayennes, il dirige également de nombreux centres d'études et de méditation dans le monde, principalement en Asie, en Europe, en Amérique du nord et en Amérique latine. Outre ses activités traditionnelles, son engagement humanitaire porte sur l'éducation et la préservation de l'environnement, l'égalité des genres et la recherche de solutions pour établir un pont entre la vie matérielle et spirituelle. Ardent défenseur de l'environnement siégeant au jury des Earth Awards, chaque année depuis 2009, le Gyalwang Drukpa mène une marche à travers l'Himalaya afin de promouvoir la préservation de l'environnement, l'éducation et la protection du patrimoine culturel. En 2010, en reconnaissance de son œuvre humanitaire et environnementale, le Gyalwang Drukpa s'est vu décerner le prix des Objectifs du Millénaire des Nations Unies.

LE DIMANCHE 31 AOÛT 10H-12H30 / 14H30-18H

Maison de la Mutualité - Espace Maubert > 24, rue Saint-Victor - 75005 Paris

Métro > Ligne 7 Jussieu, Ligne 10 Maubert-Mutualité et Cardinal Lemoine

Tarifs > Non-membres : 40 euros > Membres : 35 euros > Tarif réduit : 25 euros

Inscriptions > en ligne sur www.artdelameditation.fr ou sur place le 31 août 2014

Contact > artdelameditation@gmail.com ou +33 (0)6 51 78 11 79 et +33 (0)6 98 55 77 16

Pour les personnes qui souhaiteraient s'asseoir à même le sol, penser à apporter votre coussin