

Drepung Gomang

PROGRAMME des ACTIVITÉS de la TOURNÉE

Europe 2018

Représentation culturelle et historique

Création de **mandalas** de sables colorés

Conférences - Enseignements par guéshé ou amtchi

Pujas : rituels de consécration, de bénédiction, d'offrande, ...

Ateliers de confection de sculpture en beurre, d'élaboration de motifs tibétains

Eventuellement présence d'un **médecin tibétain** et d'un **professeur de yoga**



REPRÉSENTATION CULTURELLE et HISTORIQUE **Durée : 45mn-1h**

Découvrez les rituels traditionnels de l'ancien Tibet, tels que la danse du yak, la danse du lion des neiges, la danse de bonne fortune, ainsi que les chants sacrés, les prières et débats dialectiques.

Grâce à ce programme, nous espérons que les traditions du Tibet authentique prendront vie sous vos yeux,

CRÉATION DE MANDALAS DE SABLE

Durée modulable jusqu'à 5 jours

Le mandala purifie ses créateurs des actes négatifs passés et aide les spectateurs à retrouver la santé après une maladie ou des problèmes d'ordre mental. Les mandalas sont aussi considérés comme facteurs suscitant la compassion dans le cœur des participants, y déposant des empreintes karmiques constructives. Pareillement, le pays et le lieu de réalisation du mandala bénéficieront de l'opportunité de la pluie, de la prospérité et de la paix.



Les moines de Drepung Gomang sont renommés pour l'art sacré de la création des mandalas de sable. L'élaboration d'un mandala est officialisée par des rituels d'ouverture et de clôture. La phase de construction pourra être accompagnée d'explications et de commentaires. Les rituels d'ouverture et de clôture sont des rituels composés de prières, de méditations, de psalmodies.

L'événement se termine par la destruction du mandala et les sables consacrés sont soit dispersés dans une cours d'eau soit distribué aux participants.

Les moines seront disponibles pour créer les mandalas de sable suivants :

<i>Avalokiteshvara</i>	<i>Bouddha générant compassion, amour et paix.</i>
<i>Amitayus</i>	<i>Bouddha de longue vie, de compassion, d'amour et de paix.</i>
<i>Bouddha de Médecine</i>	<i>Manifestation de l'énergie de guérison de tous les êtres éveillés.</i>
<i>Tara Verte</i>	<i>Bouddha de forme féminine qui accorde protection et soulage les souffrances, générant compassion, amour et paix.</i>
<i>Paix dans le Monde</i>	<i>Fraternité universelle, harmonie et Paix dans le monde.</i>

CONFÉRENCES - ENSEIGNEMENTS

durée 1h15 environ



La tournée est placée sous l'autorité d'un Géshé Lharampa, moine érudit qui a atteint le niveau équivalent de docteur en philosophie. Géshé lag sera disponible pour assurer des conférences sur les thèmes majeurs de la philosophie bouddhiste et se fera un plaisir de répondre à vos questions concernant la tradition bouddhiste tibétaine.

Voici quelques thèmes d'enseignements susceptibles d'être proposés, liste non exhaustive :

L'introduction au bouddhisme

La pratique de la méditation

Les Quatre nobles vérités

Le karma

L'impermanence

Eléments de la pratique traditionnelle du Lamrim

Lodjong, entraînement de l'esprit

Les Douze liens interdépendants,

...

PUJAS

durée variable



Le terme *puja* est un mot sanscrit qui signifie offrande.

Il s'agit d'une cérémonie lors de laquelle les moines psalmodient des textes de prières et effectuent les rituels spécifiques aux souhaits exprimés.

Les prières et requêtes sont adressées aux Bouddhas, bodhisattvas et déités.

Le but premier est de surmonter les négativités qui peuvent faire obstacle à la libération de la souffrance, et de favoriser le bien-être spirituel, émotionnel, mental et physique.

Ces rituels peuvent orienter vers la bénédiction d'un lieu, d'une maison, le bien-être, les trépassés qui viennent de quitter ce monde, y compris les animaux, la purification de karma, ou d'une énergie négative précise, la paix dans le monde, la guérison individuelle ou globale, la sécurité financière, l'évolution spirituelle, le développement de la sagesse, et de la suppression des obstacles en général.

Les prières sont récitées selon les mélodies traditionnelles d'harmoniques, chaque moine chantant un accord complet de trois notes. Ces prières s'accompagnent d'une délicate gestuelle des mains, de cymbales, de tambours, de cors et de flûtes.

Exemples de thèmes de *pujas* :

Pour la paix dans le monde, la guérison

Ecarter les négativités et les obstacles

Purification

Puja de Tara et du maître

Bénédiction d'une maison ou d'un lieu, d'un autel, d'une statue, d'une thanka, ...

Puja du thé ou du feu

ATELIERS



Cette tournée des arts sacrés proposera des ateliers sur une variété de sujets ayant trait à l'art traditionnel tibétain. Tous les ateliers comprendront une explication sur la tradition des différents arts ainsi qu'une brève démonstration. Les moines encourageront la participation du public et la possibilité de mettre la main à la pâte. Ils présenteront des photos expliquant, étape par étape, la façon de procéder dans chacun des arts, et, de plus, des modèles plastifiés et clairs de dessins pour chaque atelier.

Nous envisageons de constituer des groupes de 5 à 15 personnes, il serait difficile de gérer un nombre plus important.

Les ateliers fréquemment proposés sont les suivants :

Sculptures de beurre

Fabrication de masques

Mise en couleurs de motifs tibétains

Peintures de sable

Pierres mani

Sculpture sur beurre

Il s'agira d'un atelier de deux heures.

Pour les enfants : une version simple des sculptures de beurre traditionnelles du *losar*, nouvel an tibétain, sur des plaques de bois.

Motifs pour adultes adaptés aux différents niveaux de capacité, comprenant :

Fleurs (de plusieurs styles)

Conques

Joyaux

Animaux

Un atelier plus long d'un niveau de complexité supérieure comprendra aussi les quatre amis et les huit symboles de bon augure

Matériel Nécessaire

Les participants devront apporter leur propre matériel

Rouleau de papier brouillon

Rouleau de scotch

Carton de différentes formes ou contreplaqué fin pour les découpages

Modèles de découpages (fournis par la tournée)

Pâte à modeler (de différentes couleurs)

Outils de sculpture (fournis par la tournée)

La sculpture de beurre est un art bouddhiste tibétain ancestral.

Bien que ne bénéficiant pas de la renommée de cet autre art rituel tibétain qu'est le mandala de sable, il représente cependant pleinement un aspect important du bouddhisme tibétain.

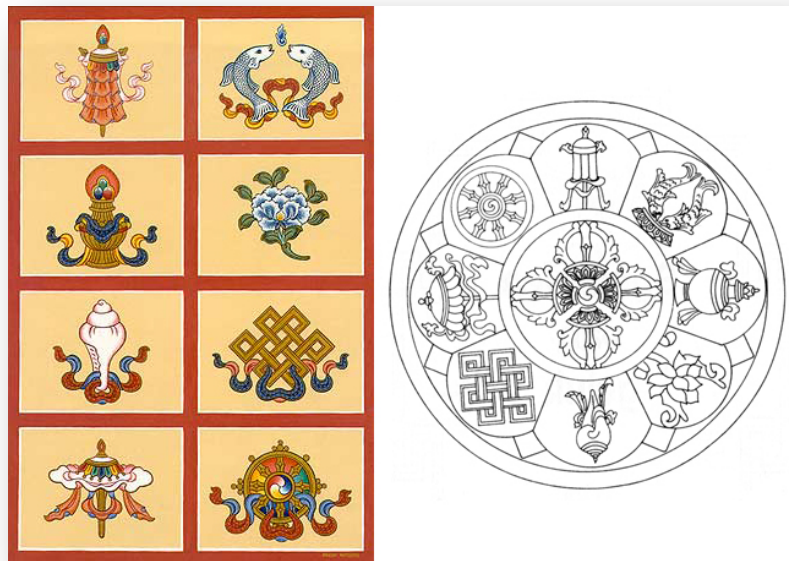
Les sculptures de beurre symbolisent l'impermanence, aspect majeur du bouddhisme, ainsi que d'autres composantes des rituels. Ils sont habituellement détruits après une journée, mais quelques fois après plusieurs années.

Elles sont traditionnellement faites avec du beurre de *dri*. Mais parmi les communautés tibétaines en exil, comme le climat est habituellement plus chaud, elles sont réalisées avec du beurre clarifié, de la graisse et de la cire.

Les sculptures de beurre sont exposées sur des autels et des reliquaires tant dans les monastères que dans les maisons des particuliers.

Elles sont réalisées traditionnellement pour le *losar*, le nouvel an tibétain, et pour le Festival des sculptures de beurre, qui fait partie du festival de la grande prière, le *meunlam tchenmo*, qui se tient peu de temps après le *losar*. A cette occasion, les moines élaborent de gigantesques sculptures de beurre à étages qui sont exposées devant le Jokhang à Lhassa, le temple le plus sacré du bouddhisme tibétain.

ÉLABORATION DE MOTIFS TIBÉTAINS



Cet atelier d'une heure est conçu pour de jeunes enfants. Les moines fourniront des dessins préparés de motifs tibétains, tels que les huit symboles de bons augures et les yaks. Tout ce qui est demandé aux enfants est d'apporter leurs crayons de couleurs.

Peinture de sable

Cet atelier de deux heures reprend la même technique que celle des moines lorsqu'ils créent un mandala sacré de sable, il comprend l'apprentissage de la création des motifs suivants :

Huit symboles de bons augures

Yaks

Chevaux de vent

Lions des neiges

Motifs stylisés de feu

Tous ces motifs seront pré-dessinés afin que les participants puissent dessiner avec le sable en suivant les lignes.

Matériel Nécessaire

Les participants apporteront leurs fournitures :

Petits oreillers

Deux fins tubes d'acier environ 30 cm de long et 1,2 cm de diamètre

Des feuilles de contreplaqué fin

Du sable coloré, disponible dans les grands magasins de travaux manuels

La peinture de sable est une forme ancienne d'art tibétain. L'art sacré du mandala de sable est minutieusement réalisé à l'aide de grains de sable teints et représente les traditions textuelles particulières et ésotériques du bouddhisme. Il s'agit d'une forme d'art transitoire, supposé provenir de l'Inde et transmis au Tibet.

La création du mandala de sable est un moyen pour générer la compassion, prendre conscience de l'impermanence de la réalité, qui prend en compte la société et l'environnement.

Des millions de grains de sable coloré sont méticuleusement déposés sur une surface plane et ceci durant une période allant de quelques heures à plusieurs jours, formant un diagramme complexe mêlant l'esprit éveillé et le monde idéal.

La substance la plus communément utilisée dans la création du *dul-tson-kyil-khor* est le sable coloré, obtenu après broyage d'une pierre. D'autres substances courantes sont utilisées telles que la poudre de fleurs, d'herbes ou de grains. Jadis, la poudre de pierres précieuses et semi-précieuses était également employée. C'est ainsi que le lapis lazuli était utilisé pour les bleus, les rubis pour les rouges, et ainsi de suite.

A la fin, pour symboliser l'impermanence de tout ce qui existe, les sables colorés sont dispersés et déversés dans une rivière ou un fleuve proche, là où les eaux iront porter les énergies de guérison à travers le monde.

Pierres *Mani*



Exemples de pierres de prière, appelées pierres *mani*, du monastère de Drepung Gomang.

Sur les pierres est peinte la prière *Om mani padme hum*, pour l'obtention des qualités de sagesse, de compassion et un grand cœur.

Les moines vous apprendront à créer des images sur des pierres plates et à les décorer de mantras sacrés.