

Dès son arrivée en Occident en 1962, Tarab Rinpoché s'est demandé comment faire pour que l'homme occidental, dans sa vie quotidienne, puisse tirer bénéfice des aspects universels de la sagesse orientale. Ses recherches lui ont permis de découvrir qu'un grand nombre de pratiques tirées des Sutras et des Tantras notamment, peuvent être utiles pour mieux connaître nos schémas psychologiques et éventuellement les modifier. Pratiquer ces méthodes et ces méditations peut transformer de manière radicale une expérience problématique de la réalité et, par là même, changer notre façon négative de nous relier à notre environnement et de le percevoir.

Lorsqu'il a commencé à enseigner les principes philosophiques et psychologiques qui sous-tendent ces pratiques, Tarab Rinpoché a réalisé à quel point il était important de se plonger dans cette science de l'esprit si l'on voulait comprendre la réalité que l'on expérimente et se développer soi-même. A cet effet, il a établi un cycle d'enseignement appelé «Unité dans la Dualité». Ce cycle est transmis en France depuis 2001. Un nouveau cycle a démarré en avril 2016.

Afin d'offrir la possibilité à ceux qui le souhaiteraient de pouvoir recevoir le fruit des recherches de Tarab Rinpoché, il existe également des week-ends et un séminaire d'été ouverts à tous, donnant la possibilité d'entrer en contact avec cet enseignement à partir d'un thème et avec une importance donnée à l'intégration par la pratique. Les thèmes des ateliers de week-end sont établis sous la forme d'un cycle progressif afin d'avancer dans l'exploration de nos mécanismes et de notre réalité et de se préparer éventuellement au cursus d'étude et de pratique qui va démarrer...

En effet, contrairement à ce que nous croyons, la plupart du temps nous ne faisons pas véritablement l'expérience de la réalité et les méditations proposées lors de ces ateliers nous donnent les moyens d'ajuster notre perception de la réalité. Elles sont autant d'outils pour réaliser notre mode de fonctionnement au quotidien et nous permettre de retrouver équilibre et harmonie au sein de nos circonstances de vie.

Il est bien sûr possible de n'assister qu'à un atelier, en fonction du thème, bien qu'il soit recommandé de suivre l'ensemble du cycle et de mettre en pratique entre chaque week-end les outils qui auront été transmis, afin de permettre un processus de transformation.

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. Dans le cadre du 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 qui sont les leurs.

Le matériel nécessaire à la production des dessins ou peintures de mandala n'est pas fourni et doit être amené par les participants, chacun choisissant le format de papier et les accessoires dont il a besoin.



Sandrine Gousset

Sandrine GOUSSET, a obtenu le diplôme de Semrig Thablam Mawa (STM) en « Science Interne de l'Esprit et des Phénomènes UD » et ses applications. Elle a traduit Tarab Tulku et Lene Handberg depuis 2001.

Elle est également docteur en sociologie et en science politique. Elle a travaillé pendant quelques années à l'université avant de se former à la psychothérapie.

Thérapeute en psychosynthèse et thérapeute UD, elle exerce en cabinet à Paris et intervient également en entreprise en tant que formatrice. Elle fait actuellement partie du comité d'organisation des examens (EOC) au sein de TII.

Nom :

.....

Prénom :

.....

Adresse :

.....

.....

Téléphone: .....

E-m@il: .....

***Le tarif ci-dessous inclut le prix d'un déjeuner à l'Enclos-Rey, samedi ou dimanche.***

Adhésion annuelle : 20 € (Couple : 30€)

Personnes ne suivant pas la formation UD : 160 €

Personnes suivant la formation : 140 €

Etudiant/chômeur : 120 €

Personne ayant déjà suivi la formation : 70 €

Couple : 260 €

Je joins un chèque de.....€

Merci de rédiger tous vos chèques à l'ordre de :

**Tarab Institute France**

Je souhaite une facture

Contact hébergement : Enclos Rey

[enclosrey@chemindesperance.org](mailto:enclosrey@chemindesperance.org)



TARAB TULKU RINPOCHE

fut un éminent érudit du bouddhisme tibétain. Il a vécu en Occident pendant plus de 30 ans. Il a formulé sa compréhension profonde de la vue du « Tendrel » qui trouve son origine dans l'Inde du Ve siècle avant notre ère. Le principe majeur du « Tendrel », habituellement traduit par « Origine Interdépendante », repose sur la loi fondamentale d'interrelation présente à tous les niveaux de réalité. Ce principe est au coeur de l'enseignement de Tarab Rinpoché et c'est ce qu'il a traduit par « Unité dans la Dualité ».

Cet enseignement, clair et accessible, est spécifiquement conçu pour nous aider à résoudre les difficultés mentales inhérentes aux conditions de vie de notre culture hautement technologique et rationnelle.

Conçu sous la forme d'un cycle de 4 ans d'études et de pratiques, il offre également une vue précise et des moyens puissants pour créer une harmonie interne et externe dans les domaines des relations humaines, de la communication, de l'éducation et de la santé mentale.



LENE HANDBERG

directrice des enseignements, a reçu de Tarab Tulku Rinpoché 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.

Lene Handberg a étudié pendant plus de 25 ans avec Tarab Rinpoché. Elle a développé en collaboration avec lui le programme de Développement Personnel U.D. ainsi que le cadre pour l'application de cette approche à la psychothérapie et à la relation d'aide en général. Lene Handberg a assisté Tarab Rinpoché dans l'enseignement du programme Unité dans la Dualité, enseignement dont elle est la Directrice pédagogique.

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

Elle a étudié la psychologie et la tibétologie à l'Université de Copenhague et la psychothérapie analytique et bioénergétique avec Ronald D. Laing.

## RENSEIGNEMENTS PRATIQUES

Week-end ouvert à tout public

*Lieu de l'enseignement*

L'ENCLOS REY  
57 rue Violet  
75015 PARIS

*Horaires*

Samedi : 10h-18h  
Dimanche : 9h30-17h

Pour vous inscrire, veuillez vous reporter au bulletin d'inscription et le renvoyer dès que possible à :

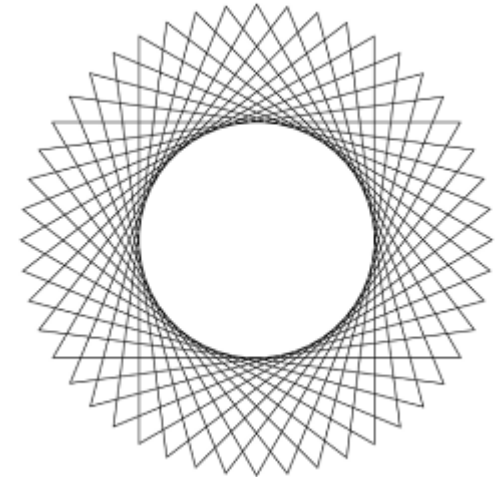
Cam Tam NGUYEN  
14, rue du Fief  
92100 BOULOGNE  
Tel. : 01 46 20 02 24

*Renseignements:*  
Cam Tam NGUYEN  
06 23 85 67 19

[tif@tarab-institute.fr](mailto:tif@tarab-institute.fr)

SITE INTERNET FRANCE  
[www.tarab-institute.fr](http://www.tarab-institute.fr)

# Unité dans la Dualité



*Unity in Duality*

LE MANDALA  
EQUILIBRER LES FORCES ESSENTIELLES  
DE NOTRE EXISTENCE

*Selon l'approche «Unité dans la Dualité»*

Séminaire d'étude  
et de pratique

**17 ET 18 FEVRIER 2018**

**Paris**

Intervenante  
**Sandrine GOUSSET**