



ATELIERS HORS DU TEMPS

# La Plénitude

selon les traditions bouddhiste et soufie

Week-end du 9 et 10 février 2019, Lausanne

Dans le prolongement des  
JOURNEES HORS DU TEMPS,  
l'association

## L'ESPRIT DES TRADITIONS

propose des rencontres sous  
forme d'ateliers afin d'approfondir  
des thématiques essentielles de  
grandes traditions spirituelles par  
une approche plus pratique et  
méditative.

### INTERVENANTS

#### **Mila Khyèntsé Rinpoché**

Très engagé dans le dialogue  
inter-traditionnel, il enseigne le  
bouddhisme tibétain et le dzogchen  
en Europe, en Asie et aux Etats-Unis  
et essaie de rendre accessible le  
chemin traditionnel asiatique à la  
pensée et aux besoins d'aujourd'hui.

#### **Allaoui Abdelaoui**

Algérien et suisse, constructeur de  
pont de métier, il chemine dans la  
voie du soufisme (tasawwuf) depuis  
son plus jeune âge. Sa vie, il l'a  
consacrée à construire des ponts  
dans le sens réel et figuré.

#### **Ahmed Bouyerdene**

Franco-algérien, chercheur en  
histoire et cheminant dans la voie  
soufie, il est convaincu que toute  
réalité a une profondeur qu'il s'agit  
de sonder.

### **La Plénitude selon la tradition bouddhiste**

« Pour la tradition du Bouddha, c'est dans la plénitude de l'instant que se trouve le bonheur ultime. Apprendre à tout laisser aller, à demeurer libre dans le vide lumineux du moment, voilà l'entraînement essentiel pour toutes celles et ceux qui suivent le chemin du Bouddha. Au contraire, cultiver sans cesse des pensées sur le devenir, c'est s'éloigner toujours plus de la plénitude. Nous verrons quels sont les fondements de cette plénitude pour le Bouddha et comment appliquer au quotidien un entraînement adéquat pouvant nous permettre d'y demeurer. »

### **La Plénitude selon la tradition soufie de l'islam**

« Si vous réalisez l'état de pauvreté, Dieu vous comblera de Sa Grâce. »  
« *In taqunu fuqara, yaghniqum Allah min Fadhlili* »

En maints passages, le Coran rappelle que la condition pour espérer accéder à la plénitude spirituelle est de réaliser l'état de « pauvreté ». La pauvreté, ou l'humilité du cœur, est dans la tradition soufie un processus de dépouillement toujours plus subtil qui amène le cheminant à libérer en lui un espace vide qui génère une énergie nouvelle. Une énergie qui propulse le cheminant toujours plus près du cœur de son être. Et si par la grâce de Dieu il atteint son centre, il découvre alors la Plénitude absolue.

#### **Lieu**

La Ferme du Désert  
Chemin de Pierrefleur 74, 1004 Lausanne

#### **Informations et inscription**

[www.espritdestraditions.ch](http://www.espritdestraditions.ch)  
[info@espritdestraditions.ch](mailto:info@espritdestraditions.ch)  
+41 (0)78 728 99 64

#### **Horaires**

9h30-12h00 / 14h00-17h00  
Tarif pour le week-end : CHF 140.-



ASSOCIATION  
L'ESPRIT  
DES TRADITIONS