



Igor Berkhin

Retraite Palriling 2022 : 29/30 Avril et 1 Mai 2022

Paris time: 10:00 - 13:00 et 15:00 - 17:00

Zoom avec traduction anglais, français, espagnol, italien, russe, chinois

Lieu : Espace Le Moulin, 48 rue du Fer-à-Moulin, 75005 Paris

Métro : Les Gobelins ou Censier-Daubenton

Ouvert à toute personne désireuse de recevoir la transmission dès que cela sera possible

Open to anyone willing to receive the transmission as soon as possible

The Essence and Basic Principles of the Mind Series (Semde)

Retreat with Igor Berkhin

29/30 April and 1st Mai 2022

The Mind Series (Semde) is the first of the three series of the Dzogchen teaching related to the first statement of Garab Dorje: "Directly understanding the nature of mind". For direct understanding we go from mind to the nature of mind discovering instant presence as a non-duality of calm state and movement. The way to develop this knowledge is explained through the four yogas or contemplations of Semde. There are explanations related to different capacities and also ways to overcome hindrances.

Mind and Beyond Mind

Open to all

"We should let the mind become relaxed, maintaining only a clear presence of its natural condition, without getting distracted, forgetting, or letting ourselves get wrapped up in our thoughts. When the mind is naturally relaxed and present, it comes to itself in its authentic State."

Chögyal Namkhai Norbu

Recommended reading:

Rigbai Kujyug. The Six Vajra Verses. — The Teachings of Semde.

The Precious Ship by Longchenpa published as You Are the Eyes of the World — The Four Contemplations of Semde.

An Introduction to the Practice of Contemplation

The Supreme Source

The Primordial Experience

L'essence et les principes fondamentaux de la série de l'esprit (Semdé).

Retraite avec Igor Berkhin

29/30 Avril et 1 Mai 2022

La série de l'esprit (Semde) est la première des trois séries de l'enseignement Dzogchen liées à la première déclaration de Garab Dorje : « Comprendre directement la nature de l'esprit ». Pour la compréhension directe, nous allons de l'esprit à la nature de l'esprit en découvrant la présence instantanée comme une non-dualité d'état calme et de mouvement. La façon de développer ces connaissances est expliquée par les quatre yogas ou contemplations de Semdé. Il y a des explications liées aux différentes capacités et aussi aux moyens de surmonter les obstacles.

La retraite est basée sur plusieurs enseignements Semdé de Chogyal Namkhai Norbu donnés publiquement à différentes occasions. La retraite est principalement pour ceux qui ont reçu des enseignements Dzogchen de Chogyal Namkhai Norbu, mais les personnes qui sont sérieusement intéressées et se sentent un lien fort avec ces enseignements peuvent également participer.

Lecture recommandée :

Rigbai Kujyug. Les Six Versets Vajra.

Les enseignements de Semde.

Le précieux bateau de Longchenpa publié sous le titre Tu es les yeux du monde.

Les Quatre Contemplations de Semdé.

Une introduction à la pratique de la contemplation

La Source Suprême

L'expérience primordiale

Inscription

Tarif du stage 120 €

Tarif de soutien 150 € (your)

Acompte de 40 € à l'inscription

par virement bancaire à la banque Crédit Mutuel,
Lagny, France - Iban FR76 1027 8064 4000 0209 0070 135 -
Bic CMCIFR2A -

Contact

Aron Sasson. Tél. 06 70 45 60 27 / E-mail : rouge.palrilingfr@gmail.com

Bio

Igor Berkhin, né en 1968, Igor est originaire de Donetsk en Ukraine mais en 2014, à cause de la guerre civile il a d'abord déménagé à Moscou puis s'est installé en Israël. Pratique la méditation bouddhiste depuis près de 30 ans et l'enseigne depuis maintenant 16 ans dans des contextes spirituels et laïcs, y étant autorisé par Chögyal Namkhai Norbu, grand maître tibétain du Dzogchen. Il est instructeur du 2 niveau de SMS, autorisé par Rinpoché.

Il enseigne la méditation laïque à un large public, incluant les centres de yoga, les psychologues, les hommes d'affaires et les employés de l'industrie des technologies de l'information. En plus de la tradition tibétaine, Igor Berkhin est aussi familier de différentes pratiques bouddhistes de Chine et de Corée. Il a servi d'interprète russe pour de nombreux enseignants bouddhistes de diverses écoles (Theravâda, Zen, Geloupa, Kagyüpa, Nyingmapa etc.) et a également traduit en russe plusieurs livres bouddhistes importants.

En 2016, il a été l'un des principaux organisateurs et conférenciers de la première conférence internationale et interdisciplinaire sur la pleine conscience et la méditation laïque, « L'esprit-Cristal », en Russie. Ayant reçu une éducation universitaire, il utilise un langage qui convient au public occidental moderne et éduqué. Il enseigne dans de nombreux pays, dont la Russie, l'Allemagne, l'Italie, la Suisse, le Royaume-Uni, l'Espagne, Israël et la France.

Igor Berkhin, born in 1968, Igor is originally from Donetsk in Ukraine but in 2014, because of the civil war he first moved to Moscow and then settled in Israel. He has been practicing Buddhist meditation for 30 years and has been authorized to act as a meditation instructor by the prominent Tibetan Buddhist master, Chögyal Namkhai Norbu. He is a level 2 SMS instructor, authorized by Rinpoche.

He has more than 16 years of experience teaching secular mindfulness to a broad range of audiences, including at universities, yoga centres, business organizations and within the IT industry. Besides the Tibetan tradition, he is also familiar with many Buddhist practices of China and Korea and was a Russian interpreter for many Buddhist teachers of various schools (Theravada, Zen, Geluk, Kagyu, Nyingma etc.) and has also translated several important Buddhist books into Russian. In 2012, he created an on-line course '28 days of Meditation' for the Russian edition of Yoga Journal, as well teaching the 'Basics of Meditation for Psychologists and Psychotherapists' to the students of Moscow Institute of Psychoanalysis.

In 2016, he became one of the main organizers and speakers at the first international & interdisciplinary conference 'Crystal Mind' on mindfulness, awareness and secular meditation held in Russia. Today his work takes him to many part of the world, including Germany, Italy, UK, Spain, Switzerland, Israel and French.