



ཨ A VOS AGENDAS ཨ

PROGRAMME DEJAMLING Printemps-Été 2026

MAI		JUIN		JUIL	
1 ^{er} au 3 Mai		2 au 7 Juin		4 au 12 Juillet	
Claude Stella Prima Supervision : Danse des 3 Vajras et Khumbhaka 1 et Sogtig de Mandarava		Lorraine Natalia Izabela Retraite : Tun des 3 Danses du Vajra et 1 pratique de Jnana Dakini		Lorraine Gaultier Enseignement : 1ère partie de la Danse du 1 Chant du Vajra	
14 au 17 Mai		19 au 22 Juin		16 au 21 Juillet	
Sharina Carole Enseignements & pratiques des Danses 2 Khaita		Matin : Webcast Namkhai Yeshi enseignements - Après-midi : Carmen - Enseignement : Danse 2 pour le bien des êtres		Cindy Faulkner Enseignement : 2ème partie de la Danse du 2 Chant du Vajra	
22 au 24 Mai					
Steven Landsberg Enseignement : Jnana 3 Dakini Thugthig					

 **Inscriptions aux stages :** Le versement d'arrhes vous sera demandé pour confirmer votre inscription.

 **Responsable de stage :** Pour chaque stage, Dejamling recherche un-e responsable pour la préparation et la coordination (avant et sur place) :

- communication avec les participant-e-s,
- organisation des repas, transports et hébergements,
- accueil et suivi de l'instructeur,
- suivi des inscriptions et paiements (tableur type Excel souhaité).

En échange : nuitées et repas offerts par Dejamling

N'hésitez pas à proposer votre aide dès maintenant !

Contact : dejamlingfr@gmail.com





Week-end du 1er mai au 03 mai 2026

Stage – Danse des 3 Vajras

Offrez-vous une parenthèse lumineuse avec une **retraite d'enseignement et de pratique de la Danse des 3 Vajras**.

Claude Cereize, tout récemment diplômé instructeur, partagera avec joie et engagement sa maîtrise harmonieuse de la Danse, sous la supervision de **Prima Mai**. La retraite sera enrichie par des temps de pause respiratoire soutenant à la contemplation — **Kumbhaka et Sogtig de Mandarava** — guidés par **Stella Rungen**, pour approfondir l'expérience intérieure.

Pratique, présence, relaxation... et la joie d'être ensemble.

 **Veillez compléter le formulaire d'inscription en ligne et venez à Dejamling vivre un week-end vraiment merveilleux.**

<https://forms.gle/w9V9jiqmxixJ79Z28>



Week-end du 14 mai au 17 mai 2026

Stage de Danses Khaita – Joyful Dances à Dejamling

Nous avons la joie de vous inviter à un **stage de Danses Khaita (Khaita Joyful Dances)** à **Dejamling**, guidé par **Sharina et Carole** toute **deux instructrices de danse expertes**.

Créées par **Chögyal Namkhai Norbu**, les danses Khaita sont des danses joyeuses pratiquées sur des chansons tibétaines contemporaines. Elles permettent d'harmoniser **le corps, l'énergie et l'esprit**, tout en partageant un moment de présence, de détente et de convivialité.

Au fil des danses, nous apprendrons **les pas, le rythme et les mouvements**, dans une atmosphère simple et ouverte où chacun peut participer **à son propre rythme**. L'attention portée au mouvement et à la musique aide naturellement l'esprit à se relaxer tout en restant présent.

Pratiquer Khaita dans le cadre magnifique de **Dejamling** est une expérience profondément vivante et inspirante. La joie du mouvement, la musique et la pratique collective créent un espace d'harmonie et de partage.

Un stage ouvert à tous, débutants comme pratiquants plus expérimentés, pour **découvrir ou approfondir ces danses pleines de joie et d'énergie**.

 **Complétez le formulaire d'inscription en ligne et venez à Dejamling pour danser et se relaxer ensemble.**

<https://forms.gle/pj1xJPLwAWUhbNvGA>





Long Week-end du 22 mai au 25 mai 2026

✦ Enseignement – Pratique de Jñanadakini (Cycle Longsal)

Nous avons la joie de vous inviter à un **enseignement consacré à la pratique de Jñanadakini**, issue du **cycle Longsal transmis par Chögyal Namkhai Norbu**, à Dejamling.

Au cours de cet enseignement, **Steven Landsberg** présentera les **mélodies, les aspects essentiels et les instructions de la pratique**, ainsi que son **contexte intérieur**. Cette transmission éclaire la relation profonde entre ce que nous sommes et ce que nous pouvons devenir : la reconnaissance de la **dimension primordiale**, où les conditionnements du samsara peuvent se libérer et se transformer naturellement.

Nous explorerons ensemble **les différents aspects de cette pratique précieuse**, qui permet d'intégrer la transformation directement dans **l'état de contemplation**.

Comme le disait **Rinpoché** :

« Cet enseignement est l'essence du Longsal. C'est une pratique très utile pour la pratique personnelle. Elle développe notre capacité de pratique et elle est très efficace. »

Un moment précieux pour **approfondir cette transmission dans l'atmosphère inspirante de Dejamling**.

✦ **Complétez le formulaire d'inscription en ligne et venez à Dejamling pour apprendre et pratiquer ensemble.**

<https://forms.gle/JycSR9k3ouxUK7a6>



JUIN

Du 02 juin au 07 juin 2026

🌈 Retraite collective – Danses du Vajra & pratique de Jana Dakini Thugthig

Nous avons la grande joie de vous inviter à une **retraite collective dédiée aux Danses du Vajra**, accompagnée de la **pratique assise de Jana Dakini Thugthig**, guidées par **Lorraine Gaultier (France)**, **Natalia Gershevskaya (Allemagne)** et **Izabela Jaroszevska (Pologne)**.

Durant ces journées de pratique, nous aurons la précieuse opportunité de **danser sur le Mandala de Dejamling**, en explorant ensemble les différentes Danses du Vajra dans une atmosphère de présence, de joie et de partage. Guidés par trois **pratiquantes expérimentées et profondément engagées dans la transmission de la danse**, nous approfondirons le lien entre **corps, voix et esprit**.

La pratique sera également enrichie par la **méditation assise de Jana Dakini Thugthig**, permettant d'intégrer plus profondément les **enseignements de Steven Landsberg** et d'unir la dimension du mouvement et celle de la contemplation.

Une **occasion rare et précieuse** de pratiquer ensemble, de se laisser porter par **le rythme des pas, la puissance du mandala et l'énergie de Dejamling**, dans l'intention du **bien de tous les êtres**.

✦ **Complétez le formulaire d'inscription en ligne et venez à Dejamling pour pratiquer ensemble.**

<https://forms.gle/CX3tXuQF9RjvntRo9>



Week-end du 19 juin au 17 juin 2026

✦ Webcast Dzogchen & Danse du Vajra – Un week-end de pratique à Dejamling

Nous vous invitons à partager un **temps précieux de transmission et de pratique** dans le cadre inspirant de Dejamling.

Chaque matin, nous suivrons ensemble le **webcast des enseignements Dzogchen de Yeshe Namkhai**, une occasion de recevoir les instructions essentielles qu'il donnera à Merigar en Italie.

L'après-midi sera consacré aux **enseignements et à la pratique de la Danse pour le Bien de tous les Êtres**, guidés par **Carmen Rivas**. Par le mouvement sur le mandala, le rythme des pas et la présence dans la danse, cette pratique nous permet d'harmoniser corps, voix et esprit, et d'intégrer la contemplation dans l'expérience vivante du mouvement.

Un week-end pour **étudier, pratiquer et partager**, dans une atmosphère de **joie, de présence et de connexion**, soutenus par la beauté et l'énergie du mandala de Dejamling.

🌿 **Complétez le formulaire d'inscription en ligne et venez à Dejamling pour apprendre et pratiquer ensemble.**

<https://forms.gle/VpaV7cevK7UqiWQV7>



Du 04 juillet au 12 juillet 2026

✿ Stage – Danse du Chant du Vajra (Première partie)

Nous avons la joie de vous inviter à découvrir **la Danse du Chant du Vajra – première partie**, guidée par **Lorraine Gaulter, instructrice de deuxième niveau**.

Dans le cadre magnifique de **Dejamling**, venez apprendre et danser sur le mandala et de son énergie lumineuse. Vous pourrez apprendre cette danse magnifique **à votre rythme**, dans une atmosphère à la fois joyeuse, détendue et attentive.

La Danse du Chant du Vajra est une pratique unique qui unit **mouvement, vibration du son et présence** (corps – voix – esprit). Pas après pas, mudra après mudra, nous apprendrons à entrer dans le rythme subtil de la danse, laissant l'esprit se détendre tout en développant une attention claire et précise.

Un moment précieux pour découvrir ou approfondir cette pratique, porté par **la beauté du lieu et la magie de son énergie**.

🌿 **Complétez le formulaire d'inscription en ligne et venez à Dejamling pour apprendre et pratiquer ensemble.**

<https://forms.gle/wFADUmFdb3ugpRdM9>





Du 16 juillet au 21 juillet 2026

✿ Stage – Danse du Chant du Vajra (Deuxième partie)

Nous vous invitons à poursuivre l'exploration de **la Danse du Chant du Vajra – deuxième partie**, guidée par **Cindy, instructrice de deuxième niveau** et que nous avons la joie d'inviter à nouveau depuis le Royaume Uni pour nous guider dans la danse.

Dans l'atmosphère inspirante de **Dejamling**, au cœur du mandala, nous irons plus loin dans l'apprentissage de cette danse qui harmonise **corps, voix et esprit**. Dans une ambiance de joie et de détente, l'apprentissage se fera pas à pas, avec attention au **rythme, aux mouvements, aux mudras et à la précision de la danse**.

Soutenue par l'énergie lumineuse de Dejamling, cette pratique magnifique permettra à l'esprit de se relaxer naturellement tout en cultivant **présence, coordination et concentration**,

Un stage pour **progresser dans l'apprentissage de la danse, partager un moment de pratique vivant et goûter la dimension méditative du mouvement**.

🌿 **Complétez le formulaire d'inscription en ligne et venez à Dejamling pour apprendre et pratiquer ensemble.**

<https://forms.gle/KMv4LVXJL7if11mcA>



et à venir avec un très beau programme pour le mois d'août en prévision des enseignements de Yeshe Namkhai à Merigar Est...