



la Danse du Vajra pour le Bien des Etres

***" L'enseignement Dzogchen n'est pas une philosophie,
une doctrine religieuse ou une tradition culturelle.
Comprendre le message des Enseignements signifie découvrir
sa propre véritable condition, débarrassée de toutes les tromperies
et falsifications créées par l'esprit. "***

Chögyal Namkhai Norbu

Dans l'enseignement Dzogchen, Vajra représente notre véritable nature, la condition réelle de tous les phénomènes. La Danse du Vajra est une méthode importante qui utilise le son et le mouvement comme moyens pour intégrer les trois aspects de notre existence - corps, voix et esprit - dans la connaissance de notre véritable nature.

La Danse du Vajra est un cycle de danses formant une pratique spéciale et effective pour actualiser notre potentiel réel et développer de façon naturelle clarté et compassion envers les autres et nous-mêmes. Elle nous apporte de multiples bénéfices en harmonisant notre condition physique, mentale et émotionnelle.

Douze pratiquants, six femmes et six hommes, dansent ensemble sur un grand Mandala de cinq couleurs, représentant la correspondance entre la dimension interne de l'individu et la dimension externe du monde.

Les mouvements lents et coordonnés, alors que nous chantons doucement et pratiquons

la pleine conscience ensemble, produisent une expérience de relaxation profonde et un état calme de l'esprit et nous aident à intégrer les circonstances de l'environnement extérieur.

Dans la Danse du Vajra pour le Bien des Etres, les danseurs sont accompagnés par la musique et les syllabes chantées du Mantra des Six Espaces de Samantabhadra, le Bouddha primordial, symbolisant notre véritable nature.

La Danse du Vajra pour le Bien des Etres peut être pratiquée par quiconque le souhaite, et, aussi longtemps que son origine et son intégrité sont toujours reconnues et respectées, elle peut être utilisée comme une méthode pour enrichir tout chemin spirituel.

Chögyal Namkhai Norbu était un érudit renommé, largement reconnu comme un des plus grands maîtres Dzogchen de notre temps. Il a révélé en premier lieu la Danse du Vajra à ses élèves en 1990. Elle est maintenant pratiquée dans de nombreux lieux et centres de la Communauté Dzogchen partout dans le monde.

La Danse du Vajra est associée à l'International Dance Council, CID UNESCO, l'organisation officielle qui regroupe toutes les formes de danse de tous les pays du monde.