

MAÎTRE · TIBET · XX^e-XXI^e SIÈCLE · NYINGMA

DI-00077

MINGYUR RINPOCHE

མི་ལྷུར་འཇིག་པོ་ཆེ། — Yongey Mingyur Rinpoche (né en 1975)

Yongey Mingyur Rinpoche, né en 1975, est un maître Nyingma contemporain, réputé pour son enseignement de la méditation et son dialogue avec la science. Il rapproche la pratique du Dzogchen de la vie moderne.

NATURE	Maître — personne
VIE	né en 1975
ÉCOLE	Nyingma · Kagyu
AIRE	Tibet · Népal · monde
TRAITS	méditation · science
LIGNÉE	Yongey · Karma Kagyu
ÉCRITS	Le Bouddha joyeux...
FONDATION	Tergar

LE MOINE QUI PARLE AU MONDE

Élevé dans l'Himalaya, formé par de grands maîtres, Mingyur Rinpoche devint un enseignant réputé pour sa clarté et sa joie.

Il dialogue volontiers avec les neurosciences et propose une méditation accessible au monde moderne.

Il incarne une génération de maîtres tibétains tournés vers le grand public.

ORIGINE ET TRANSMISSION

Yongey Mingyur Rinpoche est né en 1975 au Népal, dans une famille de maîtres : son père, Tulku Urgyen Rinpoche, fut un grand maître du Dzogchen. Il fut reconnu comme la réincarnation du 6^e Yongey Mingyur Rinpoche.

Formé dès l'enfance, il étudia auprès de maîtres Nyingma et Kagyu, notamment de la lignée Karma Kagyu, et reçut les enseignements du Dzogchen et de la mahāmudrā.

Devenu enseignant, il fonda le réseau Tergar, qui diffuse la méditation bouddhique dans le monde. Il est l'auteur d'ouvrages largement traduits, où il unit pratique tibétaine et dialogue avec la science.

Sa transmission repose sur les lignées Nyingma et Kagyu, les retraites qu'il guide et l'enseignement adapté aux pratiquants contemporains.

UN PONT VERS LA MODERNITÉ

Mingyur Rinpoche est l'un des maîtres tibétains les plus connus du grand public, notamment pour son approche simple et joyeuse de la méditation.

Il illustre la rencontre entre bouddhisme himalayen et monde contemporain.

MINGYUR RINPOCHE

LES ENSEIGNEMENTS

MÉDITATION ACCESSIBLE

Mingyur Rinpoche enseigne une méditation simple : observer l'esprit, accueillir les pensées, cultiver la bienveillance. Il insiste sur la joie et la douceur, plutôt que sur l'effort tendu.

AWARENESS ET NATURE DE L'ESPRIT

Il introduit les pratiquants à la conscience éveillée (awareness) et à la nature de l'esprit, dans la tradition du Dzogchen et de la mahāmudrā. L'accent est mis sur la reconnaissance directe, sans élaboration.

TERGAR

Fondé par Mingyur Rinpoche, le réseau Tergar propose retraites, cours et communautés de méditation à travers le monde.

DIALOGUE AVEC LA SCIENCE

Sa participation à des recherches sur la méditation et le cerveau a contribué au dialogue entre bouddhisme et neurosciences.

ÉMOTIONS ET BIEN-ÊTRE

Il enseigne comment travailler avec les émotions difficiles, l'anxiété et le stress, en les accueillant dans la conscience. Cette approche rejoint les préoccupations contemporaines.

TRADITION ET ADAPTATION

Ses enseignements restent enracinés dans la tradition Nyingma et Kagyu, tout en étant adaptés à un public moderne. Il unit fidélité et accessibilité.

UNE PRÉSENCE MONDIALE

Par ses livres, ses retraites et ses conférences, il fait connaître la méditation tibétaine bien au-delà de l'Himalaya. Il compte parmi les maîtres les plus lus du monde.

MÉDITATION ACCESSIBLE

Mingyur Rinpoche enseigne une méditation simple : observer l'esprit, accueillir les pensées, cultiver la bienveillance, dans la joie et la douceur. Il introduit les pratiquants à la conscience éveillée (awareness) et à la nature de l'esprit, dans la tradition du Dzogchen et de la mahāmudrā.

ÉMOTIONS ET DIALOGUE AVEC LA SCIENCE

Il enseigne comment travailler avec les émotions difficiles, l'anxiété et le stress, en les accueillant dans la conscience plutôt qu'en les combattant. Sa participation à des recherches sur la méditation et le cerveau a contribué au dialogue entre bouddhisme et neurosciences, et à sa diffusion mondiale.

MÉDITATION ACCESSIBLE

Mingyur Rinpoche enseigne une méditation simple : observer l'esprit, accueillir les pensées, cultiver la bienveillance, dans la joie et la douceur. Il introduit les pratiquants à la conscience éveillée (awareness) et à la nature de l'esprit, dans la tradition du Dzogchen et de la mahāmudrā. Il enseigne comment travailler avec les émotions difficiles, l'anxiété et le stress, en les accueillant dans la conscience plutôt qu'en les combattant. Sa participation à des recherches sur la méditation et le cerveau a contribué au dialogue entre bouddhisme et neurosciences, et à sa diffusion mondiale.

Fils de Tulku Urgyen Rinpoche, formé dans les traditions Nyingma et Kagyu, il perpétue une lignée de maîtres du Dzogchen et de la mahāmudrā. Par le réseau Tergar, ses ouvrages et ses retraites, il rend cette transmission accessible à un large public, enraciné dans la tradition.

L'ENSEIGNEMENT DE LA MÉDITATION

Mingyur Rinpoche enseigne une méditation simple : observer l'esprit, accueillir les pensées, cultiver la bienveillance. Il introduit les pratiquants à la conscience éveillée (awareness) et à la nature de l'esprit, dans la tradition du Dzogchen et de la mahāmudrā. Il enseigne comment travailler avec les émotions difficiles, l'anxiété et le stress, en les accueillant dans la conscience. Sa participation à des recherches sur la méditation et le cerveau a nourri le dialogue entre bouddhisme et neurosciences. Fils de Tulku Urgyen Rinpoche, il perpétue une lignée de maîtres du Dzogchen et de la mahāmudrā. Par le réseau Tergar, ses ouvrages et ses retraites, il rend cette transmission accessible au grand public. Il compte parmi les maîtres tibétains contemporains les plus lus.

MINGYUR RINPOCHE

LES PRATIQUES ET LES RITES

LES PRATIQUES

Méditation assise, pratique de l'attention, cultes de bienveillance et retraits composent l'enseignement qu'il transmet. Il encourage une pratique régulière et joyeuse, intégrée à la vie quotidienne.

LES RITES

Les transmissions et bénédictions accompagnent ses retraits, dans le cadre des lignées Nyingma et Kagyu. Les offrandes et les récitation y ont leur place.

Les cérémonies traditionnelles et les fêtes rythment la vie des monastères liés à sa lignée. Les retraits guidés constituent le cœur de son activité.

La dévotion et la pratique méditative s'y répondent.

DÉVOTION, RETRAITES ET PÈLERINAGES

La dévotion aux maîtres et aux bouddhas structure la pratique qu'il enseigne. Les pèlerinages vers les lieux sacrés du Népal et du Tibet l'accompagnent.

Les retraits, qu'il guide personnellement, composent l'essentiel de sa transmission.

REPÈRES CHRONOLOGIQUES

1975 — naissance.

Années 1990 — débuts d'enseignement.

Années 2000 — Tergar et ouvrages.

Aujourd'hui — maître mondial.

MINGYUR RINPOCHE

LES GRANDS TEXTES • LE GRAND VOYAGE

LES GRANDS TEXTES

Mingyur Rinpoche est l'auteur d'ouvrages sur la méditation, largement traduits. Il s'appuie sur les textes du Dzogchen et de la mahāmudrā, ainsi que sur les enseignements de ses maîtres.

Ses écrits constituent une porte d'entrée moderne dans la pratique tibétaine.

REPÈRES

Mingyur Rinpoche — Maître.

1975 — Naissance.

Tergar — Réseau.

Nyingma — École.

Kagyu — École.

NOTIONS CLÉS

Awareness — Conscience.

Dzogchen — Enseignement.

Méditation — Pratique.

Émotions — Travail.

Science — Dialogue.

LE GRAND VOYAGE

Par ses ouvrages, ses retraites et son dialogue avec la science, Mingyur Rinpoche a porté le bouddhisme tibétain vers un large public mondial.

Il incarne la transmission contemporaine du Dzogchen et de la méditation.

FIGURES ET TRANSMISSIONS

Lignée. Tulku Urgyen Rinpoche, Karma Kagyu, Nyingma.

Réseau. Tergar.

Œuvre. Livres et enseignements traduits.

LANGUES ET ÉCRITURES

Ses enseignements, donnés en tibétain, népalais et anglais, sont traduits dans de nombreuses langues. Ses livres rendent accessible la pratique himalayenne.

MINGYUR RINPOCHE

RELATIONS · VOCABULAIRE · À RETENIR

RELATIONS AVEC LES AUTRES TRADITIONS

Avec le Nyingma et le Kagyu. Il appartient et transmet ces deux traditions.

Avec la science. Son dialogue avec les neurosciences est l'un des plus connus.

Avec le grand public. Son enseignement accessible rapproche la méditation tibétaine du monde moderne.

VOCABULAIRE À CONNAÎTRE

Mingyur Rinpoche — Maître.

Tergar — Réseau.

Awareness — Conscience.

Dzogchen — Enseignement.

Mahāmudrā — Enseignement.

Tulku — Réincarnation.

Méditation — Pratique.

Science — Dialogue.

À RETENIR

Yongey Mingyur Rinpoche, né en 1975, est un maître Nyingma et Kagyu contemporain. Par le réseau Tergar, ses ouvrages et son dialogue avec la science, il rend la méditation tibétaine accessible au monde moderne.

MOTS ASSOCIÉS

Mingyur Rinpoche · Yongey · Tergar · Tulku Urgyen · Dzogchen · mahāmudrā · méditation · neurosciences

RENOIS DANS LE DICTIONNAIRE

Voir aussi : NYINGMA · KAGYU · DZOGCHEN · MAHĀMUDRĀ · TULKU URGYEN.

Aliénor & Alain Delaporte-Digard