



Octobre 2023

site web :
sagesses-bouddhistes-magazine.com

Sommaire

Sagesses Bouddhistes le magazine

Est édité par
UBF Découvertes
Association

Sagesses Bouddhistes est
une publication trimestrielle
(4 numéros par an)

Commission paritaire :
0923 G 93255
ISSN : 2552-528X

Rédaction :
40 bis, route de ceinture
du Lac Daumesnil,
75012 Paris

Abonnements :
CRM ART – SAGESSES
BOUDDHISTES
CS 15245
31152 FENOUILLET
CEDEX
+33 (0)5 61 74 92 59
commandes.
sagessesbouddhistes@
crm-art.fr

Directeur de publication :
Olivier Wang-Genh

Rédacteur en chef :
Philippe Judenne

Comité de Rédaction :
Philippe Judenne,
Olivier Wang-Genh,
Marie-Christine Peixoto,
Stanislas Wang-Genh,
Elisabeth Drukier, Vénérable
Chandaratana, Katia Robel,
Michelle Pillot

Direction artistique et
réalisation graphique :
Jérôme Saidani,
leparigraph.com

Secrétaire de rédaction :
Melanie Chereau

Corrections :
Laurent Strim

Comptabilité :
ComptéSens

Trésorière :
Laëtitia Mojica

Abonnements :
3° de couverture et
achat en ligne sur www.
sagesses-bouddhistes-
magazine.com

Ont collaboré
à ce numéro :
Jérôme Saïdani, Ajahn
Jayasaro, Jeanne Schut,
Taikan Jyoji, Sa Sainteté
Sang Dech Sang Bour
Kry, Lama Tsultrim Lodreu
Gyatso (TRUILLET
Thierry), Sensokhim Kuhn,
Laurence DG, Olivier
Wang-Genh, Aurélie
Godefroy, Raphaël Dôkô
Triet, Christian Gaudin,
Maître Banane, Hénépola
Gunaratana, Sandy
Hinzelin, Lama Kunga,
Jean François Bulliard,
Dominique Side, Ajahn
Lee Dhammadharo, Thich
Nhat Hanh, Philippe
Judenne, Marie-Christine
Peixoto, Melanie
Chereau, Laurent Strim

Photos non créditées :
Shutterstock

Distribution kiosques :
MLP

Gestion diffusion
et réassort :
CAURIS MÉDIA
Stéphane Leluc

Diffusion libraires :
SODDIL – SOFIADIS
Service des commandes
E-mail : commandes@
sofiadis.fr

Imprimeur :
CORLET

ZI rue Maximilien Vox – BP 86
14110 Condé-sur-Noireau,
France

Remerciements :
Katia Robel, Olivier Wang-
Genh, Laëtitia Mojica, le
conseil d'administration
de l'UBF, L'association Zen
Internationale, British National
Muséum, Editions Belfond,
Guy et Claudia Tredaniel,
Isabelle Laurand, Jeanne Schut,
Chris Gallot, Liliane Lefait,
Aurélien Godefroy, Sandrine
Colombo, Jigmé et Rebecca,
Centre Kalachakra, Elisabeth
Drukier, Sensokhim Kuhn,
Michelle Pillot, Minh Tri Vo,
Dhagpo Kagyu Ling, lama
Jigmé Rinpoché, Gendun
Rinchen, Audrey Desserrières,
Alexandra Gonzalez, Dhagpo
Bordeaux, Roselyne Laurent,
Dhagpo Vannes, Jacqueline,
lama Droupgyu Wangmo,
Marie-France Périgord, La
Falaise Verte et Taishin Sömyö,
l'association bouddhique
Vivekarama, Guillaume
Octavius, European Buddhist
Union, Gabriela Frey, Drukpa
Plouray, Pierrick Wattez, le
monastère Kanshoji, Jean-
Pierre Taiun Faure, Ivan Heiko,
Dechen Chöling, Gérald Yvinec,
le monastère Ryumonji, Emilie
Lecomte, Kankyo Tannier,
Temple de la Gendronnière,
les Sœurs et les Frères de la
Communauté du Village des
Pruniers, Sœur Dao Nghiem,
lama Jigmé Thrinlé Gyatso,
Lama Tsultrim Lodreu Gyatso,
Stéphane Leluc, Laurence de
Gaspary, Pierre Douet, Jérôme
Saïdani, l'ensemble de nos
lecteurs et toutes les personnes
qui nous soutiennent.

- p. 4 **Les brèves**
Quoi de neuf, en France et à l'international ?
- p. 7 Enseignement des feuilles jaunes,
par Ajahn Jayasaro

CORPS - ESPRIT L'harmonie retrouvée

PAROLES DE MAÎTRES

- p.10 **La conscience du corps depuis le corps**
Un point de départ lumineux donné
par Thich Nhất Hanh
- p.12 **Temps du corps, Temps du mental**
Une cohabitation plus vivante que jamais
par Olivier Reigen Wang-Genh
- p.18 **Voyez par vous-même**
Une rencontre avec Sa Sainteté Bour Kry
- p.22 **Voir le corps tel qu'il est – les 32 parties du corps**
Un enseignement d'Hénépola Gunaratana
- p.38 **Le corps, cette peau qui nous protège**
Habiter son corps, sa propre maison
est une nécessité par Raphaël Dôkô Triet

P.28 Revenir
au corps-esprit



P.50 L'origine
du bouddhisme



NOTIONS CLÉS

- p.28 **DOSSIER : Revenir au corps-esprit**
Yoga tibétain, tsa loung : articles et interviews
sur des pratiques corporelles toujours actuelles
- p.36 **L'importance de la respiration dans la méditation zen**
L'émission « Sagesses Bouddhistes »
reçoit le maître zen Rinzaï Taïkan Jyoji

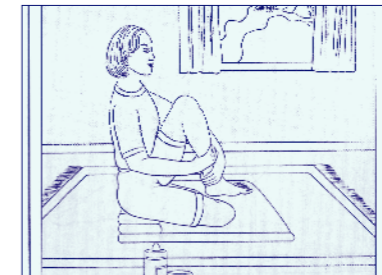
HISTOIRE

- p.50 **L'origine du bouddhisme**
Préhistoire et apparition, une synthèse professorale
par Dominique Side
- LES CAHIERS DE LA MÉDITATION**
- p.42 Entretien l'énergie de vie : la posture de l'arbre
- p.44 Méditer avec le souffle,
par Ajahn Lee Dhammadharo
- p.46 Kum Nyé : le massage des jambes,
par Tarthang Tulku

P.12 Temps du corps,
Temps du mental



P.46 Kum Nyé :
le massage des jambes



P.18 Voyez
par vous-même



P.38 Le corps, cette peau
qui nous protège



- p.58 **Livres**
- p.60 **Agenda des Centres de pratiques et d'études
Retraites, méditation, enseignements**
- p. 62 **Annuaire des Centres de pratiques et d'études**
Où trouver un centre près de chez vous ?

EXTRAIT DU SOMMAIRE DU SUPPLÉMENT NUMÉRIQUE DE CETTE ÉDITION (RÉSERVÉ AUX ABONNÉS) :

- Présence et attention dans la vie sexuelle, par Gil Fronsdal
- Enseignement audio sur le corps, par Thanissaro Bhikkhu
- Cours vidéo introductif au yoga Kum Nyé avec Sandy Hinzelin
- Quid de la douleur ? Une réponse de Jon Kabat-Zinn
- Aïe ! mes genoux, mon dos... Méditation et douleurs physiques...
par Clara Goehrs

