

## **Présentation**

Martine Larbat a effectué un parcours universitaire de philosophie.

Elle est élève d'André Faubert, diplômée du Collège de Médecine Chinoise de Kenilworth (G.B.)

Pendant 10 ans elle a été l'élève de Tarab Tulku Rinpoché, lama tibétain (1935-2004).

Elle anime des séminaires. Elle y propose un cheminement, à la fois théorique et pratique, au sein des traditions taoïstes et bouddhistes tibétaines (sans syncrétisme !), en tant qu'elles sont de puissants outils de transformation intérieure.

Auteure de :

-Relier corps et esprit

Taoïsme et philosophies indo-tibétaines (Editions Almora, 2016)

-Vers une nouvelle alliance avec le vivant

L'écologie à la lumière des sagesses anciennes (Editions Almora, 2022)

Site : <http://martinelarbat.fr>

## **Atelier théorique et pratique**

### **Le processus de méditation, un chemin vers l'Un**

La voie spirituelle est Retour à l'Un.

Elle est chemin d'unification de ce que nous vivons comme séparé.

A commencer par nos différentes composantes : les corps physique, énergétique et l'esprit, l'esprit ordinaire ou psychisme, et l'esprit dans sa dimension la plus profonde, insondable.

La pratique méditative est un outil précieux pour cheminer dans ce sens. Nous en poserons les bases et l'expérimenterons.

Je prendrai essentiellement appui sur l'enseignement de Tarab Tulku Rinpoché, lama tibétain (1935-2004). Je ferai des liens avec la tradition taoïste.