

## MEDITATIONS HEBDOMADAIRES

### MEDITATION DE LA PACIFICATION DE L'ESPRIT

OUVERT A TOUS

Chaque semaine :

- ▶ Mercredi : 18h15 à 19h15
- ▶ Jeudi : 7h30 à 8h15
- ▶ Vendredi : 12h15 à 13h15  
(4 sessions de 15 min)
- ▶ Dimanche : 11h à 12h



(Le dernier dimanche du mois : méditation avec la visualisation du Bouddha)

La méditation du dimanche matin est précédée et suivie de courtes récitations en lien avec le chemin bouddhiste

### RITUEL DE TCHENREZI

Bouddha de l'amour et de la compassion

(Chacun peut y assister. Cependant avoir reçu les instructions spécifiques à cette méditation est nécessaire pour la pratiquer.)

Chaque semaine :

- ▶ Mercredi : 18h15 à 19h15
- ▶ Dimanche : 10h à 11h

## QUI SOMMES NOUS ?

« Un centre Dhagpo est un espace de découverte et d'étude des valeurs du bouddhisme. La mise en oeuvre simple de cet enseignement dans notre vie quotidienne est source d'harmonie, de détente, de soutien et de bien-être. Sur cette base, nous pouvons, pas à pas, cheminer dans la direction de l'éveil. »

LAMA JIGME RINPOCHE (directeur spirituel)

Centre relié à Dhagpo Kagyu Ling - [www.dhagpo.org](http://www.dhagpo.org)

# DHAGPO Poitiers

ÉTUDES ET MÉDITATION BOUDDHIQUES

## TARIFS

Dhagpo Poitiers est une association loi 1901 gérée bénévolement.

Il est nécessaire d'être membre pour participer à ses activités.

*La question financière ne doit pas être un obstacle à votre venue. En cas de difficulté, contactez-nous pour que nous trouvions une solution ensemble.*

Il n'est pas nécessaire d'être adhérent pour participer aux découvertes de la méditation : libre participation aux frais

## ADHESION

La gestion de l'association est basée sur la générosité. Nous laissons à la discrétion de chaque adhérent le choix, en fonction de ses possibilités, parmi les tarifs d'adhésion annuels ci-dessous :

90 €                      120 €                      150€

## ENSEIGNEMENTS

- 7 € par demi-journée ou soirée
- 20 € le week-end ou les 3 soirs
- Stage/retraite : 40€ pour 3 jours et 50€ pour 4 jours

## COORDONNEES DU CENTRE



DHAGPO POITIERS  
11 rue François  
Rabelais

86000 Poitiers  
Tel: 05.49.88.85.89  
[poitiers@dhagpo.org](mailto:poitiers@dhagpo.org)

Site web : [poitiers.dhagpo.org](http://poitiers.dhagpo.org)

# DHAGPO Poitiers

ÉTUDES ET MÉDITATION BOUDDHIQUES

## PROGRAMME 2019 - 2020



## NOS ACTIVITES

- ▶ Des séances de méditation guidées et ouvertes à tous ( bouddhistes et non-bouddhistes ).
- ▶ Des conférences publiques et des enseignements dispensés par des enseignants qualifiés.
- ▶ Des groupes d'étude et de réflexion sur la philosophie bouddhique.

## ACCUEIL

N'hésitez pas à prendre contact avec nous par téléphone ou par courriel.

Il est également possible d'avoir un échange personnel avec les enseignants lors de leur venue à Poitiers.

Le mercredi de 17h45 à 18h15 est un temps plus particulièrement dédié à l'accueil.

## PROGRAMME D'ENSEIGNEMENTS

Un descriptif plus détaillé de l'ensemble de ces activités est disponible sur notre site ([poitiers.dhagpo.org](http://poitiers.dhagpo.org))

### SEPTEMBRE

Vendredi 13 au dimanche 15 septembre

Lama Shédroup



CONFERENCE **OUVERT A TOUS**

### Karma et réincarnation dans le bouddhisme

Lieu : Hôtel Ibis Styles

215, Avenue de Paris - Poitiers

Horaire : Vendredi 13 à 20h

MEDITATION **OUVERT A TOUS**

### Découverte de la méditation

2 sessions au choix **sur inscription** (mail ou téléphone) :

Samedi 14 de 9h à 10h15 OU 10h45 à 12h

ENSEIGNEMENT **OUVERT A TOUS**

### Préparer sa mort

Samedi 14 : 14h à 17h

Dimanche 15 : 10h-12h puis 14h-17h

### SEPTEMBRE

Mardi 24 au jeudi 26 septembre

Droupla Bruno



ENSEIGNEMENT **OUVERT A TOUS**

### Générosité et éthique

Horaires : De 18h30 à 20h30

### NOVEMBRE

Vendredi 1er au dimanche 3 novembre

Lama Deundam



RETRAITE

### Tara Verte

Horaires: 10h à 12h puis 14h-17h

*Pour y assister il est nécessaire d'avoir pris refuge ou de prendre refuge durant le stage. Nous contacter pour plus d'informations. **Sur Inscription***

### NOVEMBRE

Samedi 30 au dimanche 1er décembre

Lama Guetso



MEDITATION **OUVERT A TOUS**

### Découverte de la méditation

Samedi 30 de 10h30 à 12h

ENSEIGNEMENT **OUVERT A TOUS**

### Patience et effort enthousiaste

Samedi 30 novembre : 14h à 17h

Dimanche 1er décembre : 10h-12h puis 14h-17h

### JANVIER

Vendredi 17 au dimanche 19 janvier

Lama Jean-Guy



CONFERENCE **OUVERT A TOUS**

### Mieux se connaître, pour se libérer du mal-être ?

Lieu : Centre d'animation de Beaulieu

10 Boulevard Savari - Poitiers

Horaire : Vendredi 17 à 20h

MEDITATION **OUVERT A TOUS**

### Découverte de la méditation

Samedi 18 de 10h30 à 12h

ENSEIGNEMENT **OUVERT A TOUS**

### Méditation et discernement

Samedi 18 janvier : 14h à 17h

Dimanche 19 janvier: 10h-12h puis 14h-17h

### MARS

Samedi 21 au dimanche 22 mars

Lama Shédroup



MEDITATION **OUVERT A TOUS**

### Découverte de la méditation

Samedi 21 de 10h30 à 12h

ENSEIGNEMENT **OUVERT A TOUS**

### Approche de Lodjong (entraînement de l'esprit)

Samedi 21 : 14h à 17h

Dimanche 22 : 10h-12h puis 14h-17h

### MAI

Mardi 26 au jeudi 28 mai

Lama Tcheudreun



ENSEIGNEMENT **OUVERT A TOUS**

### Voir les choses telles qu'elles sont, interdépendance et vacuité

Horaires : De 18h30 à 20h30

### JUIN

Mercredi 17 au dimanche 21 juin

Lama Rabzang



RETRAITE A L'ERMITAGE (**AUVERGNE**)

### Tchenzei

Horaires: 10h à 12h puis 14h-17h

*Pour y assister il est nécessaire d'avoir pris refuge ou de prendre refuge durant la retraite.*

*Nous contacter pour plus d'informations.*

**Sur Inscription**

**Des activités peuvent être ajoutées ou modifiées en cours d'année, consultez notre site web pour les dernières informations**